



THE NORTH FACE®  
ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC®



# DIPLÔME

2011  
6<sup>e</sup> EDITION



**Sebastien DUTHUILLE**  
**Finisher de la CCC®**

Catherine Poletti,  
Directrice de Course

**a parcouru**  
**92 km et 5100 m<sup>+</sup> en 19:06:42**

René Bachelard,  
Président

**730<sup>ème</sup> au classement général**  
**249<sup>ème</sup> dans la catégorie Vétéran 1 Homme**

Courmayeur-Champeix-Chamonix

- **Préambule.**

Après un début d'année à 100 à l'heure (cf. Compétitions, GR20 Corse du sud, Alpinisme chez les Helvètes...) sans oublier naturellement de multiples séances d'entraînement hebdomadaires, le temps est arrivé pour moi de franchir un nouveau Cap : l'Ultra-Trail du Mont-Blanc – CCC.

Tout d'abord, qu'est-ce que la CCC ?

La CCC correspond à l'abréviation de Courmayeur-Champeix-Chamonix soient les 3 villes étapes de l'épreuve. La course passe par 3 pays : l'Italie (cf. Départ de Courmayeur), la Suisse (cf. Passage à Champeix) et la France (cf. Arrivée à Chamonix).

Cette course d'une distance égale à 98 km et de 5.800 m de dénivelé positif représente mon objectif majeur de cette première année de trail. Je désire impatientement découvrir le côté sud est du massif du Mont-Blanc, Courmayeur, l'ambiance sur le parcours de l'UTMB, la course de nuit en montagne...

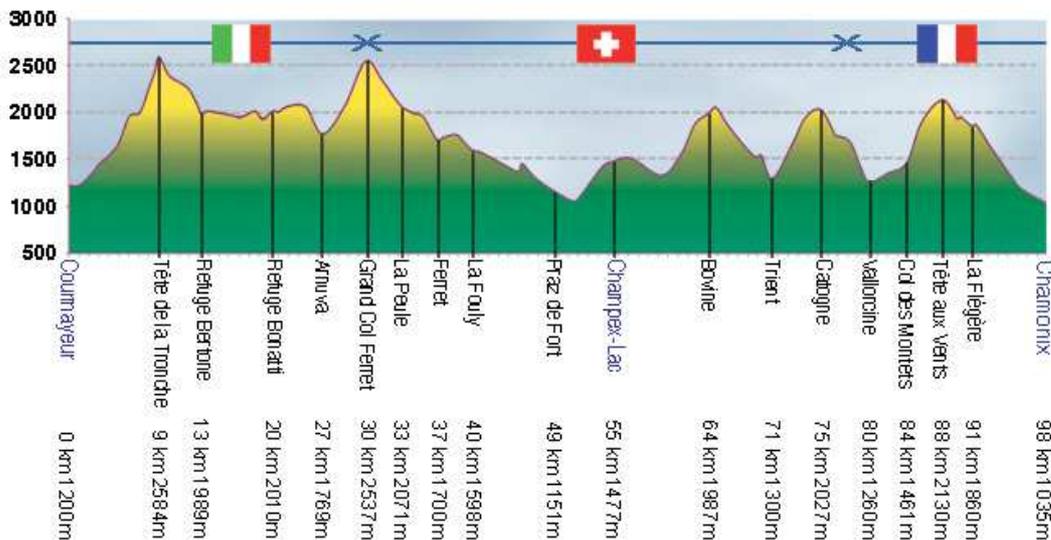
La CCC est passée du statut de « petite sœur de l'UTMB » à celui d'une course unique en son genre parmi les plus prestigieuses au monde. Le départ qui a lieu au centre-ville de Courmayeur est empreint d'une atmosphère festive emplie de chaleur humaine comme seuls les italiens en ont le secret. C'est aussi, dans le même temps, un moment rare d'émotion au son de la musique de Vangelis (cf. le film « 1492 »).

Il s'agit d'une course de pleine nature empruntant en grande partie le sentier international de Grande Randonnée du Tour du Mont-Blanc (cf. GRTMB). C'est également une épreuve de montagne comportant de nombreux passages en altitude supérieurs à 2.500 m pouvant se dérouler dans des conditions climatiques extrêmement difficiles (cf. vent, froid, pluie ou neige). Cela nécessite naturellement un très bon entraînement, un matériel adapté et une réelle capacité d'autonomie.

Les premiers kilomètres, sur un parcours différent de celui de l'UTMB, conduisent rapidement à plus de 2.500 m d'altitude à l'un des plus exceptionnels panoramas que l'on puisse imaginer face au Mont-Blanc et aux Grandes Jorasses !

Le principe de l'épreuve est la semi-autosuffisance.

**Le profil :**



## **The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® : CCC®**

Pour participer à l'Ultra-Trail CCC du Mont-Blanc, il faut s'y prendre tôt, très tôt même, pour pouvoir avoir une chance de disputer cette course mythique.

On ne peut pas participer à cette compétition sans avoir déjà pris part à des trails de bon niveau. La CCC étant un « must » de la course à pieds, ceux qui veulent en être doivent auparavant prouver leur aptitude à ce type d'effort en participant à des épreuves qualificatives. Selon leurs degrés de difficultés, ces trails permettent aux coureurs qui les terminent d'obtenir des points selon un barème fixé par les organisateurs. Pour avoir le droit de vous inscrire à la CCC, il faut que vous ayez accumulé au minimum 2 points lors des deux dernières saisons. Une fois cette condition remplie, la course continue... Vous devez vous préinscrire sur Internet entre la fin décembre et la mi-janvier. Contre un acompte votre préinscription est validée. Puis, un tirage au sort est effectué pour désigner les heureux élus. Fini de rêver, à vous de jouer !

Cela faisait quelque peu « bizarre » de s'inscrire plusieurs mois à l'avance dans cette aventure qu'est la CCC avec, disons-le, peu de repères. C'est mon troisième Ultra, même si j'imagine que pour la CCC, cela reste court et semble accessible.

La préparation s'est faite tranquillement avec des entraînements finalement relativement longs. Mais, il manquait de la montagne et je ne suis pas sûr que les quelques heures passées dans la forêt de Meudon ou de Clamart seront suffisamment efficaces.

Au vue de la radiométrie, je me suis donné un objectif de plus de 19 heures sachant que l'objectif principal est d'aller au bout bien sûr en se faisant plaisir sans se faire (trop) mal.

## The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® : CCC®

### • J-1.

Jeudi 25 août 2011, j'arrive en fin de matinée à Chamonix. Je redécouvre cette vallée que j'avais déjà observée en juin 2009 lors de l'ascension du sommet du Mont-Blanc... Après m'être installé à l'hôtel « La Chaumière », je pars récupérer mon dossard et finaliser auprès des organisateurs la procédure de contrôle de mon matériel. Pour gagner du temps, j'ai mis dans mon sac tout ce qui était sur la liste ! Comme ça, le contrôle se fera plus vite !

Je ne peux que constater que Chamonix ne vit plus que pour le Trail, l'ambiance que je ressens est carrément « trailesque » : les rues sont pleines de coureurs, on observe des équipements de sport à tous les coins de rues ! Il fait soleil et il fait chaud ! Il y a foule immense au Salon.

On commence avec une longue file d'attente avant de pouvoir se présenter aux différents points où se situe la remise des dossards. Un peu de paperasse, le contrôle obligatoire du matériel, la pose de la puce électronique au poignet et je finis par obtenir le fameux sésame : un beau dossard CCC 2011 où figurent mon nom et mon prénom.

16



L'après-midi est consacrée à déambuler tranquillement. Je visite le Salon de l'Ultra-trail et croise de-ci de-là des connaissances.



De retour à l'hôtel, la météo change. La pluie commence à faire son apparition.



J'effectue une dernière vérification du sac avant de manger. Je trépigne d'impatience et une seule chose me trotte alors dans la tête : l'envie d'être au départ !

- **Jour J.**

**6h20 du matin** – Le réveil sonne. Je n'ai pas très bien dormi. J'ai couru toute la nuit 😴. Ca y est ! Ce que j'attends depuis neuf mois maintenant est enfin arrivé. Après un petit déjeuner classique (cf. pain, croissants, confiture, Gatosport), je me prépare pour ce qui sera ma plus longue course de l'année. Ma plus longue course tout court d'ailleurs.

**7h45 du matin** – Je décide de faire du stop afin de descendre dans le centre-ville et de m'éviter ainsi des pas inutiles. J'en aurai bien assez au programme dans les heures qui viennent ! Il s'agit de rallier en car notre point de départ à Courmayeur (Italie). L'organisation a été conçue de manière à échelonner les départs par navettes. La mienne est prévue pour 8h30 avec un rendez-vous à 8h15. Finalement, je ne vais pas attendre car l'organisation a décidé de faire passer en priorité les dossards du 1<sup>er</sup> sas. Nous voilà donc partis en car, direction l'Italie à travers le tunnel du Mont-Blanc ! Courmayeur, nous voilà ! Le 1<sup>er</sup> des trois C n'est pas le plus dur à atteindre !

**Départ Courmayeur** - Arrivé à 8h45, je décide de m'asseoir un instant sur des escaliers juste devant mon sac de départ et cela en fonction du temps estimé qui m'avait été préalablement communiqué lors de mon inscription afin d'éviter de piétiner et de gaspiller ainsi inutilement de l'énergie.

Le nombre de trailers au mètre carré augmente peu à peu. Le commentateur italien chauffe le public. Je remarque avec étonnement qu'il parle aussi vite qu'il bouge les mains !

Nous, les coureurs, avons le droit aux trois hymnes nationaux pour marquer d'une forte empreinte l'esprit et le caractère international de la course. Nous sommes désormais très proches du départ. Petit briefing de Mme Catherine Poletti, grande prêtresse organisatrice de l'Ultra Trail du Mont-Blanc qui nous informe d'un changement de parcours décidé en raison de forts orages  qui vont arriver sur le massif en fin de journée.

L'organisation est vraiment parfaite et professionnelle car je reçois de la part du PC Course les 2 SMS ci-dessous m'informant des ultimes modifications apportées aux caractéristiques du parcours suite aux dernières prévisions météorologiques :

**SMS de TNF UTMB 11 posté le 26-08-2011 09 :26**

CCC : perturbation orageuse. Parcours modifié : montée directe Bertone. Champeix-Chamonix, parcours repli évitant Bovine, Catogne, Tête aux Vents. 93 km, 5 100 m D+

**SMS de TNF UTMB 11 posté le 26-08-2011 12 :30**

CCC Barrières horaires : Arnava 14:30 ; La Fouly 18:45 ; Champeix 22:15 ; Trient 4:45 ; Vallorcine 7:50 ; Chamonix 11:20

L'organisation souhaite nous faire passer le Grand Col Ferret plus tôt. En conséquence, la montée vers la Tête de la Tronche (cf. 1300 D+ en 9 km) est donc supprimée. Nous allons passer directement au refuge Bertone. De plus, nous éviterons la montée de Bovine et celle de Catogne qui sont remplacées par une descente sur Martigny suivie par une « grosse » montée vers le Col de la Forclaz.

Enfin, la Tête aux Vents est elle aussi supprimée. Nous passerons donc par Argentièrre et le balcon sud pour nous diriger vers l'arrivée à Chamonix.

Toutes ces modifications supprimeront théoriquement 500m de D+ et une distance égale 8 km.

## The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® : CCC®

J'entends quelques soupirs de déception parmi la foule mais des applaudissements majoritaires se font simultanément entendre. La sécurité avant tout. 👍

Le parcours ne fera donc plus que 93 km et 5.100 m de dénivelé positif.

Nous semblons tous inquiets par l'annonce du mauvais temps qui risque de nous poser problème pour parvenir au terme de l'épreuve.

Tant de temps passé sur l'étude du profil de la course pour se retrouver dans l'inconnu une demi-heure avant de partir... On réévalue au mieux rapidement l'objectif en se disant que le parcours est amputé d'une grosse heure. Je pars donc pour environ 18 heures de course. Enfin qu'importe, à 10 heures, le départ sera donné et je ne penserai plus qu'à ma course.

Ca y est. J'y suis. J'entends la musique de Vangelis à fond dans mes oreilles. Elle me donne l'impression de partir à la conquête d'un Nouveau Monde, celui de l'Ultra...

A 10 heures, après le traditionnel décompte 😊 le départ est donné. Les 1.906 partants enthousiastes sont enfin libérés motivés et décidés à rejoindre Chamonix après un périple de 93 km et 5.100m de d+.



- La course

**Courmayeur - Refuge Bertone**

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 4.70 km 779 mD+

Temps de course : 58 mn 59

Position : 369

On commence par un petit tour dans Courmayeur sous les acclamations d'un public venu en nombre et au son du tintement des cloches. Je commence à réaliser mon rêve, j'y suis. 🤩  
Le début de course effectué sur route permet au peloton de s'étirer un peu d'autant plus que cela commence à grimper déjà !



Chemin faisant, nous quittons la route pour nous retrouver rapidement dans la montée longue et régulière vers Bertone. Sous la chaleur, le thermomètre monte aussi. Le trail commence vraiment maintenant ! Malgré quelques ralentissements de temps à autre, le peloton est encore bien compact. Mais au fur et à mesure des foulées, ce peloton s'étire peu à peu. Après la moitié de la montée, nous sommes mêmes à marcher en file indienne ! Ce sera comme cela jusqu'à Bertone... 🤔  
Il est bien difficile de dépasser.

Je suis à ce moment placé dans le 1<sup>er</sup> tiers de la course. Tiens ! Un hélico qui filme 📹 la file de coureurs dans la montée : ça doit être bien joli vu d'en haut !  
Ma devise pour ma course est simple : quand c'est plat, je cours et quand ça grimpe, je marche !



**L'arrivée sur le refuge Bertone**

Au refuge Bertone, je m'arrête juste pour prendre un verre d'eau et pour vérifier le niveau de mon camelback. La CCC peut alors reprendre ces droits jusqu'au prochain point de contrôle : le refuge Bonatti.

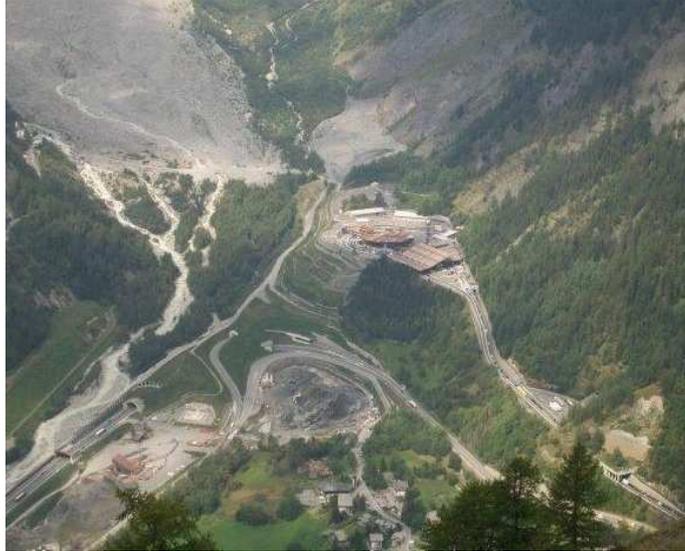
**Refuge Bertone - Refuge Bonatti**

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 11.80 km 1002 mD+

Temps de course : 02 H 00

Position : 402

Nous longeons un balcon situé au dessus de l'entrée italienne du Tunnel du Mont-Blanc.



Je découvre ainsi le panorama grandiose du massif du Mont-Blanc côté Italie.



Malheureusement, le ciel se couvre un peu et les cimes ne sont désormais plus visibles. Dans ma tête, une question lancinante me poursuit : l'orage ! Quand va-t-il éclater ? Le plus tard possible sera le mieux. 🙌

Le moral malgré cette météo incertaine est, quant à lui, au beau fixe. Concentré sur le déroulé de l'épreuve, je n'oublie pas de m'hydrater régulièrement. Pas de soucis d'alimentation à noter. Je suis bien. Je me retiens presque parfois pour ne pas trop forcer l'allure...

Sur la fin de parcours de cette étape, nous abordons une bonne descente suivie d'une petite grimpe d'un kilomètre pour rejoindre le refuge niché 100 m plus haut. Au ravitaillement, j'avale facilement deux soupes aux vermicelles ayant un savoureux goût salé. Rassasié, je remplis ensuite ma poche à eau à l'abreuvoir et repars aussitôt en direction d'Arnuva !



**Le refuge Bonatti**

### **Refuge Bonatti - Arnuva**

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 16.80 km 1122 mD+

Temps de course : 02 H 47

Position : 460

Le début de cette 3<sup>ème</sup> portion est un joli sentier légèrement vallonné. Le temps vire maintenant au gris et est nuageux.

S'en suit alors une descente en lacets que je descends bien sans prendre naturellement de risques inutiles. Dans le bas de la vallée, on aperçoit enfin le ravitaillement d'Arnuva. Beaucoup de spectateurs sont là ! Ils nous encouragent jusqu'à l'approche de ce point de passage ! Toujours cette bonne ambiance qui pousse les trailers à se transcender ! Mon arrêt sera court : 7 minutes. C'est le temps qu'il me faut pour remplir ma poche à eau, pour manger des tucs, de la coppa, des morceaux de barres de céréales et bien sûr du chocolat ! Je reprends la course qui comporte une belle difficulté : la longue ascension en direction du Grand Col Ferret...



**A la sortie du ravito, avant le Grand Col Ferret**

### Arnuva - Grand Col Ferret

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 21.10 km 1890 mD+

Temps de course : 04 H 01

Position : 499

J'attaque prudemment cette montée : pas trop vite car, d'après le profil que je garde bien en tête, c'est long et c'est haut. Je continue donc posément ma progression. Mais, paradoxalement, je me rends compte que je suis finalement au même rythme que tout le monde. Je prends donc le temps de me retourner plusieurs fois afin de contempler le paysage qui est vraiment magnifique et souffler un peu.



C'est quoi toutes ces fourmis ?



Je m'accroche en gravissant la pente jusqu'au sommet du col. Et là, un sentiment de délivrance m'envahit, j'aperçois deux tentes jaunes plantées au milieu de nulle part... Ah, qu'il est bon d'être parvenu au sommet... 🤪 Je décide de ne pas m'arrêter. Je ne veux pas en effet attraper froid. Un vent terrible s'est levé qui refroidit les organismes des participants de la CCC. Je choisis aussitôt d'enfiler ma micro-polaire avant d'entamer la descente pour me prémunir du froid et du vent. Le ciel est maintenant d'un noir d'encre, signe d'un orage proche. Face à cette situation, je me dois impérativement me dépêcher pour assurer un parcours de descente convenable exempt de chutes.

**Grand Col Ferret - La Fouly (Suisse) :**

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 31.90 km 2722 mD+

Temps de course : 05 H 32

Position : 504

Je parviens à gérer une belle descente sans jamais me donner à fond physiquement afin de préserver au mieux mes muscles, en particulier mes quadriceps car il y a, rappelons-le, au total 20 km et 1.500 m de dénivelé négatif à avaler. Je romps mon effort et m'arrête quelques instants pendant la descente pour aider un coureur italien à se relever suite à une chute. A l'endroit où le parcours rattrape la route via une petite portion de bitume, j'enlève ma micro-polaire. Soudain, je ressens un léger mal de tête probablement dû à la différence du niveau d'altitude dévalé en peu de temps constituant un facteur supplémentaire de difficulté de cet Ultra-trail mythique. J'essaie tant bien que mal de faire abstraction de cette migraine en marchant un peu pour récupérer.

Les concurrents reprennent ensuite un chemin montant assez long et un peu monotone. Le paysage est maintenant différent. On progresse à travers des pâturages. Je ne vois plus les sommets enneigés qui m'ont émerveillé. Subitement, je ressens quelques ballonnements au niveau du ventre. Il s'agit certainement d'un aliment que je dois avoir du mal à digérer.

Nous abordons après une descente en lacets que je parcours plutôt lentement. Nous pouvons discerner au loin la Fouly. Soulagement, le ravitaillement de la Fouly est proche maintenant ! J'effectue un nouvel arrêt qui sera court, histoire de grignoter : toujours de la soupe aux vermicelles, quelques tucs et barres. Ne souhaitant pas traîner encore mon mal de tête pendant des kilomètres, je recherche dans mon sac une aspirine salvatrice. Je me remets en route cette fois en direction de Champex en Helvétie !



**Ravitaillement de La Fouly**



## La Fouly - Champex-Lac

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 45.90 km 3285 mD+

Temps de course : 07 H 41

Position : 513

Jusqu'au pied de la bosse de Champex, les participants de l'Ultra-trail du Mont-Blanc ont à parcourir une longue portion, en fond de vallée, plutôt roulante. 400 m après avoir quitté le ravitaillement de La Fouly, je ressens encore ces satanés ballonnements au ventre ! Quelque chose en m'alimentant pourtant avec précaution a dû mal à passer ! Aussi, je décide de stopper mon effort en m'arrêtant quelques instants pour aller « au petit coin ». Quelques minutes plus tard, le petit coup de moins bien disparaît fort heureusement. Je me remets donc vite en jambes ! Je poursuis ainsi gaillardement ma route tout en discutant avec un concurrent de ma mésaventure digestive... Le terrain vraiment très agréable et je continue d'avancer sur un bon rythme. Le temps se couvre de plus en plus mais il ne pleut pas ! Pas encore...

Le Val Ferret est un lieu magnifique : le regard se perd dans une nature verdoyante parsemée de forêts où des chalets paraissent jouer à cache-cache...



**Le Val Ferret est vraiment magnifique**



**Attention à ne pas tomber**

En arrivant au pied de la bosse de Champex,  je m'alimente en prenant quelques morceaux de Gatosport que j'avale lentement et difficilement. Il reste une courte montée à franchir qu'il ne faut surtout pas négliger. Plusieurs sculptures sur bois dont une superbe tête d'ours jalonnent un sentier en donnant aux coureurs un clin d'œil animalier bienvenu. Je suis encore régulier dans le tempo de ma course et progresse kilomètre après kilomètre sans avoir le ressenti d'être « dans le dur ».

## The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® : CCC®

Enfin, sous de sympathiques applaudissements, j'arrive enfin à Champex. L'ambiance de la CCC est toujours aussi intense et nous sommes ravis de recevoir tous ces encouragements.

Il s'agit du ravitaillement le plus important de la course. Le deuxième C est enfin là après 7 heures 41 minutes de course !

Toutes ces marques d'attention, rencontrées tout au long du parcours, sont d'un immense réconfort. On se sent porter lorsque ces multiples visages anonymes vous encouragent en vous appelant chaleureusement par votre prénom. Quelle formidable idée de faire figurer le prénom sur le dossard !

Une tente immense est déployée à Champex. En y entrant, j'intègre une véritable fourmilière.

Parmi les trailers, certains paraissent hagards, quelques uns sont même en train de vomir... d'autres fort heureusement plus nombreux sont assis et essaient de récupérer en remobilisant leurs forces physiques et morales...

Pour entamer mon ravitaillement, je me mets en quête auprès de la banque de distribution d'un vrai repas chaud. Il est difficile de trouver une place. Je trouve finalement mon bonheur au fond de la tente. Je profite de ce temps de pose pour changer de chaussettes et m'enduire les pieds de Nok. Je prends la précaution de me masser à l'huile d'Arnica sur les deux jambes. De nouveau au menu, le bouillon de vermicelles me contente énormément si bien que j'en reprendrai 2 fois ! Ceci étant dit, les compotes de pommes, les tucs ou les barres de céréales ont été également très bien accueillis.

Cependant, un léger écoeurement du sucré est bien présent et, à cet instant, je serais totalement incapable d'avaler un repas normal sans que mon estomac proteste énergiquement...

La pause durera en tout 42 minutes ! Le temps est passé si vite ! Je ressens en moi une certaine forme de culpabilité d'être resté trop longtemps au repos même si je sais intrinsèquement au fond de moi que je suis en avance sur le temps de parcours que je m'étais fixé. 🤔 Depuis mon départ de Courmayeur, je n'ai cependant pas accordé une grande attention aux barrières horaires...

Je remplis pour finir ma poche à eau en attendant mon tour. 👍 Je repars maintenant en direction de Martigny.

### **Champex-Lac - Martigny (Suisse) :**

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 59.60 km 4010 mD+

Temps de course : 10 H 29

Position : 581

Le parcours reprend sur du bitume. Les valeureux trailers doivent contourner un fort joli lac. Des personnes situées en terrasse de bâtiments ou bien aux balcons de leurs chambres d'hôtel nous gratifient d'applaudissements nourris et bienvenus...



Alors qu'à ce moment, une grande partie des trailers se mettent à marcher, je me motive et je cours. Je cours pour me pardonner à moi-même d'avoir égaré de précieuses minutes au précédent ravitaillement. Je parviens à accrocher puis à doubler quelques coureurs. Je me dis à moi-même : « tant que tu te sens bien, essaie de courir le plus possible ». Je regarde l'heure à ma montre et je suis alors relativement confiant pour la suite. Il est très important que je franchisse une des trois dernières difficultés du tracé avant la tombée de la nuit. Je suis toujours sur le même rythme qu'au début. Je bois aussi régulièrement.

Nous passons sur diverses portions roulantes puis nous plongeons dans la forêt sur des chemins qui deviennent de plus en plus techniques. Au sol se trouvent des rochers, des racines, des dalles et des marches. Soudain, je me tords la cheville gauche 😬 : légère douleur... Je continue à avancer... J'ai peur de m'être fait mal mais rapidement la douleur passe !

Ouf ! Plus de peur que de mal. Je continue en réfléchissant que cette nouvelle partie va être plus technique. Il me faut progresser, avancer au maximum avant la tombée de la nuit. Cela sera toujours ça de moins à parcourir dans l'obscurité ! Je me tords de nouveau la cheville, la droite cette fois-ci. 😬 . Grrr !!! Rien de grave, Dieu merci ! Nous sortons des sentiers pour aborder une descente sur le bitume en direction de Martigny. Je constate qu'il y a une faible densité de trailers sur cette portion. Je m'efforce donc de rester au contact de quelques uns pour ne pas me retrouver esseulé. J'observe que certains coureurs en profitent pour s'arrêter boire à des fontaines tandis que d'autres prennent des verres d'eau que les spectateurs leur offrent. Au loin, j'aperçois la montée que des trailers commencent à aborder. Je m'efforce de trotter jusqu'à l'amorce de la pente en me disant que je reprendrai le mode « marche » lors de la montée.

Je traverse désormais des vignes sur des chemins très étroits dont l'un d'eux est en sable. Ce sable inattendu me rentre un peu dans les chaussures provoquant une certaine gêne. Je me concentre envers et contre tout et continue à rester au contact de deux trailers que j'ai en visuel. Je regarde l'heure à ma montre et me dis que la nuit va bientôt tomber. Il fait maintenant relativement plus sombre dans les sentiers que nous abordons. Je vois certains trailers qui sont à l'arrêt afin de sortir leurs lampes frontales. J'hésite de m'arrêter à mon tour et décide d'installer cet équipement au prochain ravitaillement.

Au fil des minutes qui s'égrainent, nous commençons à ne plus voir grand-chose. Aussi, j'aborde les descentes encombrées de racines avec prudence afin de ne pas trébucher sur l'une d'entre-elles dans un clair obscur de peintre impressionniste...

Tout à coup, un trailer se met à courir sur une portion toute droite. Je décide alors de l'imiter à mon tour en me faisant violence, je l'avoue. Je discerne dans la pénombre de la lumière au loin annonçant le prochain ravitaillement. Il fait nuit.

Je pénètre dans une petite tente où j'essaie de faire mon trou. Je récupère une bouteille d'eau qui est débouchée sur l'une des tables et me retire dans un coin. Je refais de nouveau le plein d'eau. Je sors mon buff ainsi que ma lampe frontale puis les installe autour de ma tête. Dans un deuxième temps, je sortirai ma veste imperméable en observant l'attitude des autres concurrents. J'entends plusieurs personnes dire à haute voix qu'il reste à parcourir

environ 30 km. 🏃

### **Martigny - Col de la Forclaz - Trient**

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 67.40 km 4090 mD+

Temps de course : 12 H 58

Position : 645

Je reprends le fil de la CCC en direction de Trient. Nous attaquons une côte à très forte pente. Je suis réellement un peu surpris. Je prends mon temps pour régler à plusieurs reprises avec finesse ma lampe frontale. Courir la nuit ne change pas seulement la vision mais l'obscurité modifie également les sensations !

Nous quittons en peu de temps la route pour aborder un sentier assez boueux. Il commence à pleuvoir !   
Depuis le contre-bas, je vois les lacets que font les frontales dans la montagne. Cela à l'air de monter fort. La montée se fait de plus en plus longue et une pluie « froide » ne cesse de tomber. Je me retourne et derrière moi, je vois une longue file de frontales comme autant d'étoiles filantes perdues dans la nuit... C'est magique... C'est magnifique...

Au loin, nous apercevons des lumières qui nous font penser que nous arrivons enfin au bout de cette montée de plus en plus difficile. Mais, ce n'est qu'un leurre, il restera à avaler en tout 1.200 m de d+. La pluie a redoublé, et un froid s'installe au fur et à mesure que j'avance dans la montée. 

Au sommet, il y a toujours du vent et de la pluie. Je commence à avoir terriblement froid et mes doigts sont devenus bien raides !

Je m'arrête pour sortir ma micro-polaire, mon pantalon imperméable, mon bonnet ainsi que mes gants qui ne sont pas imperméables !!! J'essaie de me changer directement dehors dans la pénombre mais je n'y vois rien malgré la frontale. Je demande à un spectateur de m'aider et de m'éclairer.

J'arrive enfin dans la localité de Trient. Au ravitaillement, je vérifie et refais le plein d'eau. Je mange cette fois des morceaux de gâteaux. Certains concurrents ont l'air frigorifiés. Ils ont une couverture de survie posée sur eux.

Après 10 minutes, je repars pour vite me retrouver subitement au bord d'une route ouverte à la circulation automobile. Il me semble y avoir là un peu de danger... Il faut prendre garde en évitant de ne pas se faire écraser par les voitures qui arrivent brusquement en sens inverse sous la pluie qui n'a pas cessé !

### **Trient - Vallorcine**

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 77.20 km 4845 mD+

Temps de course : 15 H 02

Position : 561

Malgré cette pluie, je me force à courir tout le long jusqu'à ce que je rattrape deux trailers en évitant les plots qui sont disposés au bord de cette route. Puis, un chemin bitumeux s'élève sur la gauche vers les Joeurs où nous attend une longue portion en faux plat montant.

Le tonnerre fait son apparition. Des éclairs violents nous font sursauter. J'espère que la course ne va pas être arrêtée comme l'an dernier, je suis maintenant si près du but !

Je marche vite et je parviens à doubler deux trailers dans cette montée régulière sous cette pluie battante rythmée par des coups de tonnerre !

En haut, nous retrouvons très vite la forêt pour aborder un début de descente délicat.

Je ne me réchauffe pas du tout ! Mais heureusement, la forêt est là, il y fait moins froid ! Les lacets empruntés sont très glissants. Je suis resté très prudent afin d'éviter une mauvaise chute !

Mais tout se passe plutôt bien et le ravitaillement de Vallorcine se profile !

## The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® : CCC®

Nous sommes maintenant en France, l'arrivée se rapproche de plus en plus...

Arrivé au ravitaillement à Vallorcine, je prends pour la première fois mon temps. Je me force à m'alimenter un peu. Je suis trempé jusqu'aux os. Je commence même à grelotter !!! J'avale ma traditionnelle soupe aux vermicelles. Je change de chaussettes et enfle mon collant sous mon pantalon imperméable. Je refais pour la nième fois le plein d'eau. Je vois au fond de la tente un brûleau. Quelle riche idée ! Je décide de m'en rapprocher pour me réchauffer et faire sécher sans succès mes gants trempés avant de repartir.



Cà sent l'écurie là ! Ce n'est pas le moment d'abandonner...

En sortant du ravitaillement sous une pluie battante, des bûches mises en tas brûlent à l'extérieur pour nous éclairer. Je décide de m'y arrêter un instant car il faut absolument me réchauffer.

Au bout de 10 minutes, je suis toujours transi de froid, je me sens gelé de la tête aux pieds. Je me remets en route extrêmement difficilement.

### Vallorcine - Argentière

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 83.50 km 5766 mD+

Temps de course : 16 H 49

Position : 641

Le passage du col des Montets s'offre au menu des participants de l'Ultra-Trail du Mont-Blanc. En fait, ce col, on ne le sent paradoxalement même pas passer tellement il est doux. J'alterne à un rythme soutenu « course » et « marche active ». Mais, très vite, je sens que j'ai du mal à courir dans ce froid et cette pluie pénétrante qui n'en finit pas de tomber. J'avance comme je peux et essaie de tenir bon.

Je suis de plus en plus frigorifié. Un vent fort nous gifle à la figure. Je commence aussi à claquer des dents. Je n'ai maintenant qu'un seul objectif : il faut que je tienne absolument. Mais, cela devient de plus en plus difficile... Il faut faire attention où l'on met les pieds à travers des rochers de plus en plus glissants, des ruisseaux parfois piégeux à franchir, des dalles et des marches...

Dans cette nuit froide et noire, je ne peux également éviter les énormes flaques d'eau qui m'aspergent tout le bas du corps. Le mental en prend un sacré coup et je marche désormais en tremblant de tout mon corps. Je demande à plusieurs trailers où se situe le prochain ravitaillement. A 2 ou 3 km me répondent-ils. Il faut que je tienne coûte-que-coûte. Les descentes se font de plus en plus difficiles. Je commence à ressentir des douleurs musculaires notamment à mes quadriceps. Je me fais hélas doubler mais j'essaie de conserver un état d'esprit positif en me rappelant que l'essentiel est de finir ! En bas de la descente, je distingue au loin un village, ce qui me fait penser que le ravitaillement est maintenant proche. Certains trailers n'ont pas l'air mieux que moi. C'est au mental 🏃 que j'arrive enfin au ravitaillement. En entrant dans la tente, je tremble toujours aussi fort et les secouristes déclenchent immédiatement une crise d'hypothermie.

Ils me font asseoir sur une civière et ils me recouvrent d'une première couverture en tissus. Ils me demandent si je suis en possession d'une couverture de survie. Suite à ma réponse affirmative, on me la glisse tout de suite autour de ma taille.

De très nombreux concurrents sont dans la même situation pénible que moi. Après avoir absorbé d'un trait un bouillon et une tasse de thé chaud pour me réchauffer, il me faudra une bonne heure au chaud sous deux couvertures pour retrouver des couleurs et commencer à ne plus trembler ou presque ! Un bénévole m'annonce qu'il faut compter 1 heure 30 pour effectuer la descente vers Chamonix. C'est au mental que je décide alors de me lever et de repartir encore gelé sous cette pluie dévastatrice pour mon organisme... 🙄

### Argentière - Chamonix

Distance parcourue et dénivelé cumulé : 93 km 5800 mD+

Temps de course : 19 H 06

Position : 730

A cet instant de la course, il ne reste que 8 km à parcourir. Les 20 minutes qui vont suivre vont être, et je ne le sais pas encore, terribles. Cela va constituer vraiment le pire moment de ma course 🤔. Mes deux jambes se remettent à trembler, le froid recouvre mon corps, mes mains se glacent et j'empoigne de toutes mes forces mes bâtons de randonnée en avançant « comme un robot ». J'essaie de positiver en me disant qu'il ne me reste quelques kilomètres et que ça serait bien bête de s'arrêter puis de lâcher à cet endroit, si prêt d'atteindre le but final que je me suis fixé cette année. Je continue donc ma progression en marchant étonnamment de plus en plus vite pour me réchauffer et me répète mentalement sans relâche que je vais aller au bout de cet Ultra. Pas très dur finalement d'un point de vue technique, le balcon sud est quand même loin de cette descente qui se déroule non stop. Je trouve que cette descente est interminable, je perds malheureusement sur la fin du temps ! Je déroule, sans prendre de risque sur cette longue piste forestière car je sais maintenant que la fin est à ma portée. Je suis absolument certain désormais d'arriver. Je vois Chamonix d'une vision panoramique en hauteur. Tout en avançant, j'ai la fausse impression de ne pas me rapprocher et de me situer en permanence à la même altitude. Il faut que je donne tout ce qui me reste d'énergie. Finir en se donnant sportivement à fond et n'éprouver alors aucun regret... Je me suis fait certes un peu doubler mais pas trop cependant malgré le fait que je sois passé en « mode marche » depuis le ravitaillement d'Argentière.

J'attaque toutefois la descente en marche rapide. Il ne reste plus que 3 km et la pluie s'est miraculeusement arrêtée sur l'épilogue pour moi de la CCC. Je rejoins enfin une route goudronnée à l'entrée de Chamonix. Je commence à me sentir heureux, de plus en plus heureux... Que ces 8 derniers km ont été bigrement longs !!!

Lors des ultimes minutes d'épreuve, je me mets à courir. Je double quelques concurrents le long de la promenade de la Fory et repasse de nouveau en « mode marche ».

De nombreux spectateurs sont là. Ils m'encouragent joyeusement ce qui m'incite à repartir en courant. Je vois les barrières. Je me mets à dérouler comme un fou sur la dernière ligne droite en parvenant dans un dernier coup de rein à doubler un dernier concurrent.

Derrière la ligne d'arrivée, je devine une superbe ambiance. C'est le cœur rempli d'émotions que je franchis heureux et comblé cette arche d'arrivée tant attendue dans un temps égal à **19h 06' 42''**. J'ai réussi. 🙌👍🥳🥳  
mon challenge. Le troisième C !

**Je suis finisher for ever.**

- **Jour J+1.**

Eh oui, je n'ai pas gagné, loin de là... Mais jamais je ne me serais crû capable de boucler cette course en terminant aussi bien physiquement surtout après des conditions météorologiques nocturnes si défavorables. Si je n'avais pas souffert de cette hypothermie, j'aurais probablement fini l'épreuve en 17 heures environ. J'ai l'impression, à mon avis, d'avoir réalisé, selon mon niveau sportif, une course bien maîtrisée. Je dois évidemment encore améliorer mes aptitudes en descente en pleine nuit. Je peux sans doute parvenir à réduire mes temps de pause lors des ravitaillements.

Je suis heureux, je fais partie des « Finisher CCC » tout simplement !

L'Ultra-Trail du Mont-Blanc est incontestablement une épreuve magnifique. L'organisation y est parfaite et le décor grandiose même avec le mauvais temps. Je comprends mieux dès lors pourquoi l'on considère que c'est le plus beau Trail du Monde. Je pense qu'on ne peut y participer sans une préparation préalable spécifique. J'avais tout fait pour être bien et je n'ai donc pas tant souffert que ça ! C'est agréable de préparer quelque chose et de voir que tout se déroule à posteriori comme prévu...

Le lendemain, après une nuit sans sommeil, je ne ressens quasiment plus de courbatures : c'est merveilleux !

Déjà une semaine de passée. Je suis agréablement surpris. Je récupère vraiment bien de ce long périple car je n'éprouve pas d'impression de fatigue, aucune douleur particulière, aucun bobo aux jambes, pas de courbatures ni de crampes. 😊, pas d'ampoules, juste un ongle décollé à cause des descentes. En conclusion, ce fut une course très bien vécue.

Une nouvelle interrogation hante mes pensées : à quand la prochaine course ???

Une confiance : il y aura sûrement de nouveau Ultra-Trails en 2012 : c'est en trailant qu'on devient Ultra-Trailer. J'envisage potentiellement un gros défi pour l'été prochain. Devinette : le nouveau défi athlétique commence par un « U » et finit par « B » (nb : il n'y a que 4 lettres). Allez, c'est dit 😎.

- **Remerciements**

Au moment où j'écris ses lignes, je revis intérieurement cette aventure et l'émotion me reprend, je me rends compte que je viens de vivre une expérience et une aventure humaine extraordinaire, un truc hors normes.

Tout d'abord, un grand merci à mon frère David, qui à distance, reste mon fidèle supporter et assistant tout au cours de ce week-end sans oublier mes parents.

Merci à tous ceux qui m'ont envoyé des SMS avant la course pour m'encourager et qui m'ont suivi pendant la course : Bénédicte, Philippe, Martine, Laurent, Ahcene, Philippe (trailer), Jérôme, Patrick (trailer), Guy, Hervé, Christian, Christophe, Fabrice, Jean-Jacques, Corinne, Jean, Claudine, Sébastien, Nicolas (coach), Fabienne, Benoît, Nicolas (mon frère aîné) et Anne, Stéphane, Lixiao, Christine, Catherine, Florence, Alexandre, Carmen, et tous ceux que malheureusement j'oublie....

Tous vos messages m'ont fait vraiment chaud au cœur... 🙌👍

Je prends aussi le temps de relativiser. J'ai bien conscience de n'avoir pas été toujours aussi disponible qu'il le fallait... Il faut du temps pour préparer un Ultra : des entraînements qui s'allongent, des compétitions sans fin et puis il y a également les blogs... Vivre à fond une passion dévorante !



Merci à tous les bénévoles pour leurs sourires et leur gentillesse.

Merci à tous ceux qui étaient là présents à Chamonix ce week-end et qui savent chaque année avec talent et passion sublimer cet événement sportif en une fête M A G N I F I Q U E et M A G I Q U E !

Vous êtes **GEANTS**

En point final de ce récit, je laisse à tous le soin de méditer cette pensée :

*Beauté et folie marchent souvent de compagnie (proverbe italien)*

• Quelques chiffres pour terminer...

Statistiques de la course The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® : CCC®

Chiffres valables le 07/09/2011 à 22:08

Nombre de partants : **1906** dont femmes : **262** (13.75% des partants)  
 Nombre d'arrivants : **1591** (83.47% des partants) dont femmes : **207** (13.01% des arrivants)(79.01% des partantes)  
 Nombre d'abandons total : **317** (16.63%)

Répartition partants par catégorie :

ES F	SE F	V1 F	V2 F	V3 F	
1	113	109	38	1	
ES H	SE H	V1 H	V2 H	V3 H	V4 H
16	709	628	241	47	3

Répartition abandons par points :

Départ	Refuge Bonatti	Arnuva	Grand Col Ferret	La Fouly	Champex-Lac	Martigny	Trient	Les Jours	Vallorcine
1	1	13	1	17	126	60	81	1	15
Inconnu									
0									

Au final, je termine en 19h dans des conditions climatiques exécrables.

J'ai passé 2h53 mn à me restaurer lors des différents ravitaillements.

Je me positionne à la 730<sup>ème</sup> place, c'est bien mais l'essentiel était de franchir la ligne.

1 591 coureurs ont pu terminer la course.

5341 - Sebastien DUTHUILLE		CCC®		Tableau des passages			
		Pts	Heure pass.	Tps course	Classt.		
CCC : perturbation orageuse. Parcours modifié : montée directe à Bertone. Champex-Chamonix, parcours de repli évitant Bovine, Catogne, Tete aux Vents. 93km, 5100mD		Départ	V-10:02	00:00:00			-
CCC : important storm. Change track: directly to Bertone. Champex-Chamonix, alternative route avoiding Bovine, Catogne, Tete aux Vents. 93km, 5100mD		Refuge Bertone	V-11:01	00:58:59			369
Classement actuel : 730		Refuge Bonatti	V-12:03	02:00:41			402
Classement par catégorie : 249		Arnuva	V-12:49	02:47:11			460
Dernier point : S-05:09 Chamonix		Grand Col Ferret	V-14:04	04:01:22			499
Temps de course : 19:06:42		La Fouly	V-15:34	05:32:06			504
Finisher		Champex-Lac	V-17:44	07:41:48			513
Catégorie : V1 H (40 à 49 ans)		Martigny	V-20:32	10:29:34			581
Club : SPORTIF CACL		Trient	V-23:01	12:58:29			645
Nationalité : France		Les Jours	V-23:42	13:39:18			548
Ville : 92130 ISSY-LES-MOULINEAUX		Vallorcine	S-01:05	15:02:52			561
Antécédents (indicatifs et non exhaustifs) : COURCHEVEL X'TRAIL 2010		Argentière	S-02:52	16:49:20			641
		Les Tines	S-04:11	18:08:53			718
		Chamonix	S-05:09	19:06:42			730

- **Commentaires**

---

**E-mail de Guy Mancel posté le 21-08-2011**

Mon cher Sébastien,  
Même si ton corps t'adresse quelques avertissements, je comprends que tu ne puisses pas renoncer à ce projet qui te tient tant à cœur et pour lequel tu t'es tant investi.  
Il me reste à te souhaiter d'avoir la force d'accomplir ton objectif tout en ayant la sagesse de ne pas te mettre en danger. Bien entendu, dans ces conditions, franchir la ligne d'arrivée serait de toute beauté.  
Je ne doute pas de ton courage et de ta détermination.  
Bien cordialement

---

**E-mail de Guy Mancel posté le 29-08-2011**

Bonjour Sébastien,  
Toutes mes félicitations pour avoir accompli cette performance dans des conditions difficiles.  
A bientôt

---

**E-mail de Hervé Lhuissière posté le 22-08-2011**

Salut Sébastien,  
Allez, ne perd pas le moral à la veille de la compétition. Tu sais que le moral y est pour beaucoup alors il faut se ressaisir. Dis-toi que tu as beaucoup de chance de participer, pour le reste laisse faire le destin..... mais ne te casses pas ! On ne peut pas être toujours au top forme, les professionnels du sport en savent quelque chose....  
Je te souhaite beaucoup de plaisir et bonne chance mais n'en fais pas trop. L'excès est l'ennemi du bien. Tu nous raconteras n'est-ce pas ?  
Bien amicalement.

---

**E-mail de Christian Juin posté le 22-08-2011**

Bonne course mais fais bien attention à toi quand même

---

**E-mail de Christian Juin posté le 29-08-2011**

Bravo à toi.  
Profites bien de tes vacances pour te reposer .... le corps et l'esprit.  
A bientôt pour de nouvelles aventures

---

**E-mail de Christophe Peniguel posté le 22-08-2011**

Nous serons tous avec toi Sébastien, tu as démontré au cours de tes précédentes expériences que tu as une volonté de fer, je suis convaincu que tu ne lâcheras rien et iras au bout de ton aventure. Nous penserons fortement à toi !

---

**E-mail de Christophe Peniguel posté le 29-08-2011**

Toute mes félicitations Sébastien,  
Tu es vraiment impressionnant par ta volonté d'aller au bout d'épreuves aussi difficiles  
A bientôt sur de prochaines épreuves (mais pas l'UTMB ou la diagonales des fous :)

---

**E-mail de Fabrice Mandon posté le 22-08-2011**

Bon courage pour la CCC Sébastien !

**E-mail de Jean-Jacques Pierrard posté le 22-08-2011**

Bonjour,  
Bon courage pour ta course, ménage-toi, ravitaille-toi bien et profite du paysage. Amitiés sportives

---

**E-mail de Jean-Jacques Pierrard posté le 30-08-2011**

Félicitations pour ta course, et bonnes vacances.

---

**E-mail de Corinne Beguivin posté le 22-08-2011**

Bonjour Sébastien,  
Toujours aussi fou !! J'espère que tu ne vas pas trop loin en forçant sur "ta mécanique" comme tu le fais.  
On est tous un peu "maso" mais je crois que tu bas le record.  
Ceci dit je te souhaite quand même bon courage pour la CCC. Je serai de tout cœur avec toi.  
Bonne chance et à bientôt

---

**E-mail de Jean Courant posté le 22-08-2011**

Je te souhaite bonne chance et bon courage mais fais toi quand même plaisir malgré la souffrance et encore bravo pour tout ce que tu entreprends même si tu sais que je pense toujours que tu en fais de trop mais on ne te changera pas et surtout garde ta bonne humeur. A bientôt

---

**E-mail de Jean Courant posté le 29-08-2011**

Encore bravo pour ton nouvel exploit félicitations. À bientôt

---

**E-mail de Claudine Marcotte posté le 23-08-2011**

Hello Sébastien,  
Tiens bon ; il ne faut pas te décourager Tu as tellement envie de la faire cette course que tu la termineras.  
Bon courage - je penserai bien à toi. Bises

---

**E-mail de Laurent Levasseur posté le 25-08-2011**

Pas trop anxieux ? À la veille de ce grand challenge qui t'attends demain  
Bonne chance et n'oublis pas que le principal est de franchir la ligne d'arrivée car le titre de grand SHERPA du 5eme étage te sera alors attribué  
Bonne course

---

**E-mail de Laurent Levasseur posté le 27-08-2011**

Bravo !!! Respect pour cette superbe performance, je vais désormais te surnommer "The Finisher" (en référence à celui qui n'abandonne jamais)  
Toutes mes félicitations et bonnes courbatures

---

**E-mail de Laurent Levasseur posté le 29-08-2011**

Salut  
Tu n'as déjà plus de courbatures, c normal ce sont tes médocs qui font encore effet ; fais gaffe ils peuvent encore faire un contrôle antidopage 1 mois après l'épreuve  
Encore bravo "The Finisher"

**E-mail de Nicolas Lemoine (coach) posté le 29-08-2011**

Que dire de plus que Super !!! Je suis vraiment content pour ta course et pour ton dos. Maintenant repos quand même et profite !!!

---

**Site du XVème Athletic Club posté le 29-08-2011**

En tout cas il est très content de cette expérience. Petite hypothermie et arrêt d'1h15 à Argentières mais il a réussi à reprendre le fil de la course sans faillir.

Encore bravo, CCCiste

---

Bonjour Sébastien,

Tu dois être déjà parti pour te préparer, j'espère que tout se passe bien, je voulais juste te dire que je ne pourrai peut-être pas t'encourager en direct mais je penserai bien à toi !

**YEN, Lixiao**

---

Bonjour Sébastien,

Et bravo pour ta performance !!! J'avais lu que les conditions étaient tellement mauvaises que le circuit avait été modifié, mais je ne savais pour les hypothermies ! Encore une fois, tu as montré que le mental est primordial, même si le corps a aussi son mot à dire

Allez, un peu de repos maintenant histoire de repartir de plus belle pour la prochaine compète ?

**YEN, Lixiao**

---

Bonjour Sébastien,

J'espère juste que tu es encore en vie après ton épreuve à Chamonix !!!

En tout cas, bravo !

**BONNAUD, Christine**

---

Bravo Sébastien !!... On est content que tu sois encore en vie – et en bonne forme apparemment malgré cet enfer... Pour l'année prochaine, plutôt que la Diagonale du fou, tu devrais essayer Fort Boyard ??? (Cela me paraît moins risqué – et au moins, on pourra te suivre à la télé !!)

Bonne journée

**BONNAUD, Christine**

---

J'ai bien pensé à toi, j'espère que toutes les pensées qui se sont tournées vers toi et beaucoup de soutien t'ont permis de résister et de venir à bout de ton challenge. Je n'ose pas te demander si ça s'est bien passé... ?

Maintenant récupération totale indispensable ! J'espère qu'il n'y a pas trop de bobos-

Tu me raconteras ça !

Bises

**CHIAPPELLA, Fabienne**

---

Bonjour Sébastien

Ouf, je suis rassurée, et très heureuse pour toi, tu peux être fier de ta performance.

Congratulations !

**CHIAPPELLA, Fabienne**

---

Bonjour Sébastien,

Je souhaite te féliciter pour ta course. Bravo pour cette performance qui vient récompenser ton entraînement intensif !

J'espère que tu récupères peu à peu.

Bien amicalement

**FONTAINE, Catherine**

---

Hello Sebastien

Alors as-tu pu finir ton ultra ?

J'imagine que tu devais être épuisé après.

A bientôt

**MACHY, Florence**

## **BRAVO !**

Et tu n'as pas eu besoin de massages !

**MACHY, Florence**

---

Salut Séb,

Je rentre de vacances, et donc je découvre ton message. Je suis super content pour toi. Ta sérieuse préparation physique, mentale et matérielle t'a permis de réussir avec succès ton aventure.

Bravo,

**Benoît Schorter**

---

Bravo et félicitations Sébastien, c'est "un peu fou" tout de même !!!!!

**Michalak, Alexandre**

---

Toutes mes félicitations, je suis tout à fait admirative de ton exploit sportif et mental, Respect...bravobravobravo Biz

**MICHALAK Carmen**

---

### **SMS de Patrick Servières (Finisher UTMB et CCC) posté le 25-08-2011**

Pas trop de stress profite à fond c'est que du bonheur bonne course. Pat

---

### **SMS de Martine Thiébeaux posté le 25-08-2011**

Tous mes vœux d'encouragement t'accompagnent. Puisse la météo être favorable. Amicales pensées

---

### **SMS de Martine Thiébeaux posté le 26-08-2011**

Selon ton estimation tu devrais en être à plus de la moitié. Tu dois sentir le froid et la fatigue mais il faut tenir. Bise

---

### **SMS de Jérôme David posté le 25-08-2011**

Pour aller loin ménage ta monture. N'oublie pas cela Séb et pas de risque.

---

### **SMS de Jérôme David posté le 26-08-2011**

Allez Séb c'est bien accroche toi. T'es un killer gars...

---

### **SMS de Jérôme David posté le 27-08-2011**

Putain bravo chef respect.

---

### **SMS de Bénédicte Pouget (Alpiniste) posté le 25-08-2011**

J'espère que tu as retrouvé la forme. Je te souhaite de faire une bonne course. Profite bien des paysages. Biz

---

### **SMS de Bénédicte Pouget posté le 26-08-2011 15 :00**

J'espère que tu n'as pas d'orage. Bon courage

---

### **SMS de Bénédicte Pouget posté le 26-08-2011 20 :40**

Déjà plus de 10h de course. Courage ca va le faire...

**SMS de Bénédicte Pouget posté le 26-08-2011 21 :53**

T'as passé les 60 km. C'est tout bon ! Pense à te couvrir ca doit cailler. Bientôt Trient. Garde le moral et bravo pour ce que tu as déjà fait

---

**SMS de Bénédicte Pouget posté le 26-08-2011 23 :56**

Allez allez ce n'est pas le moment de fléchir. Courage...On y croit

---

**SMS de Bénédicte Pouget posté le 27-08-2011 09 :07**

Je ne dirais qu'un mot : BRAVO

---

**SMS de Philippe Robert posté le 28-08-2011**

Aurélié et moi, qui visitons ce dimanche le parc Astérix, nous te félicitons pour ta performance. Sincèrement un très grand bravo : 19h 06mn 42s avec une place de 730<sup>ème</sup> scratch quelle belle victoire pour toi ! Nous sommes heureux pour toi.

The North Face® Ultra-Trail du Mont-Blanc® : CCC®

- Albums photos

