

2026.08.16 Les 100 Miles du mur de Berlin, Mauerweglauf

100 miles du mur de Berlin, samedi 16 août à 6 h, geht los! C'est parti!

Que de feux aux carrefours que l'on doit respecter au risque de se faire disqualifier! Alors c'est vraiment respecté. Mais c'est parfois un peu stupide car il y a des petites routes où aucune voiture ne circule. Après une vingtaine de kilomètres on peut y aller sans plus trop devoir attendre, car ces feux deviennent rares. C'est assez bien allé sur la première moitié avec quelques problèmes de chauffe au niveau de la hanche et du pied gauche mais ça allait pas trop mal. C'est devenu plus compliqué une fois mes 3 semelles utilisées et qui me faisaient toutes mal après une vingtaine à 40 taine de km. Avec la nuit et des parties du tracé sur sentier ou chemin avec cailloux et racines, je n'avancais plus comme souhaité et mon rythme a drastiquement chuté. Je marchais et le pied brûlait beaucoup trop finalement. Au 120e km, je rajoute une couche de semelle de 2/3 de long sous la semelle afin que l'avant du pied ait plus d'espace et que les métatarses soient moins en contact avec la surface de la semelle. Ça va me permettre de finir, un moment je doutais un peu, tellement ça faisait mal. Mais au ravitaillement du 125e je trempe mon pied dans une flaque d'eau un moment puis je mets du gel diclofenac sur la semelle. Ça va être bienfaisant. Je finis beaucoup plus fort les 13 derniers km pour ne pas devoir aller au delà des 26 h... Mon classement, 380e avec les relais, 9e de catégorie en 25:35. Après les 18:14 d'il y a 4 ans, la facture est salée. Mais mission accomplie, « geschafft » comme ils disent. Là était l'essentiel car des jours ça aurait été impossible.

Magnifique victoire de Pascal Rueger le Suisse, record à la clé en 12:38. Il m'a fallu 1h de plus pour arriver au 100e km. Un véritable extraterrestre, bravo Champion!!!!

Rencontré un tas de coureurs /coureuses connues ces dernières années et ce printemps, c'était vraiment sympa et avec d'autres, à force d'être souvent ensemble durant de longs moments, on finit par faire connaissance et discuter. J'aurais peur d'oublier des gens, donc je ne vais nommer personne. Sauf Marcel Heinig, un transeuropéen de 2009, que je n'avais jamais revu. Nous faisons environ 5 km ensemble à discuter depuis environ le 4-5e km. C'était un des tout jeune de la TEFR. Mais c'était comme si on s'était rencontré il y a peu. Une TransEurope, ça marque les esprits et ça forge l'amitié ou au moins la camaraderie à vie.

Histoire incroyable ou hasard qui n'existe pas.

Dans le hall d'aéroport de Berlin, je croise un gars avec le t-shirt finisher des 100 miles du mur de Berlin. Je retourne en arrière pour le rattraper et j'engage la discussion. Le félicite. Puis on se met à discuter et parler de notre course. Ayant des difficultés avec les nombres en anglais, j'ouvre les résultats sur mon iPhone. Il est 8e de notre catégorie 10 minutes avant moi. Il voit ensuite mon nom sur la liste et me dit: »tu as couru une fois les 24 h à Espoo « !!! Oui en 2009, j'avais gagné. Et il rajoute: » c'est moi qui vous ai ramené toi et ta femme à l'aéroport « !!!

On a encore eu le temps de parler de nos parcours sportifs et de nos bobos un peu similaires, mais son vol ne voulant certainement pas l'attendre, il a dû partir. Et je me suis mis à courir après lui pour le rattraper encore 1 fois pour immortaliser cette rencontre improbable et heureuse. Un gars sympathique, Esa Nurkka, comme en 2009, puisqu'il s'était proposé de nous conduire à l'aéroport. Et se souvenait de mon nom. Je lui ai proposé de venir aux 100 km des Mines Réjouies 😊



le t-shirt reçu à l'arrivée