

Espace Trail no 10
Aout 2017

CHRISTIAN FATTON

Ultra-trailer, Christian Fatton est un coureur d'exception. Le présenter succinctement est impossible car son CV est à longueur de ses exploits, presque infini. Voici quelques lignes de sa biographie, tirée de son site internet.



JULIA ET CHRISTIAN

« Je suis né le 24 novembre 1959. Remarié en 2010 avec Julia Alter, excellente coureuse d'ultra, médaillée de bronze aux Championnats du monde des 24h à Brive en mai 2010 avec un record à 230,250 km, nous nous entraînons ensemble depuis 2007. Mes 3 enfants vivent avec nous, Grégoire né le 1er février 1988, Florian né le 19 novembre 1989 et Lauriane née le 26 octobre 1992. Ils font leur sport et ils viennent parfois courir avec moi. Je m'entraîne donc beaucoup et pourtant je travaille à 1h30 de mon domicile en train. Je passe 3 heures par jour en transport. Je cours donc à midi au lieu de manger et je retourne le soir 2 à 3 fois par semaine. Le week-end, je cours de 40 à 120 km à l'entraînement, mais généralement entre 60 et 80 km.

Je suis un vrai passionné et la course me le rend bien, je suis content et estime avoir beaucoup de chance de pouvoir recourir. Je savoure cette nouvelle possibilité et je pense que c'est la raison principale de ma grande motivation qui étonne beaucoup de monde. Une autre motivation vient aussi du fait que j'ai une tronche à relever des défis. Alors junior, j'ai entendu quelqu'un me dire que je ne serais jamais un grand coureur. Je ne serai jamais champion olympique mais mes résultats sur 100 km ou plus sont loin d'être à la portée de tout le monde et je ne crois pas être ridicule. La course à pied m'a offert aussi beaucoup d'amis de pays et d'horizons divers et c'est aussi une motivation que de continuer à courir pour les voir ou connaître de nouveaux amis. Mes résultats et le nombre de grande course que j'arrive à effectuer chaque année sont le fruit de ce gros volume d'entraînement, mon corps est habitué à devoir récupérer rapidement. Une semaine avant une grosse compétition, je trottine en général 2 fois seulement. »

Au Montreux Trail Festival, sur la MXTrem, Christian Fatton a pris la 7^e place du classement scratch. Il a fini sur la plus haute marche de sa catégorie vétérans 2. Il raconte son aventure à travers les Alpes vaudoises.

« Chateau de Chillon, vendredi 28 juillet, 6 heures du matin. Environ 160 coureurs s'élancent pour le tour des Alpes vaudoises. Soit, comme le mentionne le speaker, un coureur par kilomètre. Le temps est couvert mais agréable, les lampes frontales sont allumées car c'est encore un peu sombre. Le début de l'effort commence par une mise en bouche d'un peu plus de 1'000 m de dénivelé jusqu'à la Dent de Jaman. Suivront en grande ligne, la Lécherette, le Pic Chaussy, le Col du Pillon, Les Diablerets, le Col de la Croix, Solalex, Anzeindaz, le Col des Essets, le Col des Pauvres sur l'arête des Savoleyres, Frénières, Gryon, Villars, le Chamossaire, La Forclaz, Leysin, Berneuse, le Col des Chaudes après une arête bien technique au sentier étroit, Les Rochers-de-Naye, Caux et l'arrivée à Montreux. Des paysages à couper le souffle, sur le Léman depuis plusieurs points de vue, ou sur l'arrière-pays, bien vert et montagneux ou sur les falaises des Diablerets, des Muverans, etc.

Je me sens en forme. C'est tout naturellement que je me suis rapidement retrouvé 7^e dans la première ascension, profitant des passages bien pentus pour dépasser de nombreux coureurs. Comme j'avais reconnu dans ces coureurs, Andrea Huser, je me suis dit que je partais peut-être un peu vite et que je risquais de le payer cash ensuite avec une baisse de régime. En fait, j'ai bien tenu toutes les montées, rattrapant toujours ceux qui





**LA COURSE À PIED M'A
OFFERT AUSSI BEAUCOUP
D'AMIS DE PAYS ET D'HORI-
ZONS DIVERS**

me dépassaient en descente ou dans les parties très techniques. Quand Andrea Huser me rattrape, à la Lécherette, je repars du poste juste avant elle. Elle ne me dépassera que grâce à une partie plane sur une portion de route avant l'entame de la montée du Pic Chaussy. Je ferai cette ascension dans sa foulée, 30 mètres derrière, au même rythme. Au sommet, alors que je m'arrête une dizaine de secondes pour boire à ma gourde, je la perds de vue. Le sentier très aérien, même des cordes sont posées pour nous aider sur certains tronçons, demande de l'attention de notre part. Je gère assez mal ma boisson sur ce tronçon, car je le croyais plus court et j'arrive au col du Pillon avec une grosse soif. Auparavant, je me suis trompé de chemin, comme d'autres et doit monter droit en haut la pente pour retrouver le sentier. De boire au ravitaillement de grandes quantités de liquide me met au bord du vomissement, mais ça passera sans que cela arrive. L'isostar était peut-être aussi un peu trop concentré. A Solalex, au km 70, nous avons nos sacs qui nous attendent à la base de vie. Je change de chaussures, de semelles orthopédiques aussi car mon pied droit chauffe terriblement dans les montées, au niveau du nerf Morton, à l'avant-pied. Ce sera un changement pour rien car il ne m'apporte aucune

amélioration. Dans les montées, ça me fait mal quand la pente est très raide et que les appuis sont donc plus appuyés sur l'avant-pied. Je navigue de la 6e à la 9e place en fonction du profil. Arrivé à Pont-de-Nant, une terrible montée nous attend pour finir sur l'arête des Savoleyres avant de redescendre au Col des Pauvres. Je rattrape 2 coureurs dont un Irlandais avec qui j'étais parfois depuis le début de course. Je crois qu'il abandonnera par la suite. La nuit m'accueille alors que je suis quasiment hors de ce tronçon très technique, dangereux par endroit si on ne fait pas attention aux nombreux trous entre les blocs de rochers à escalader. La lumière de fin de jour est magnifique, presque irréelle, donnant une teinte spéciale aux rochers des Muverans. Le Léman est aussi visible et paraît immense. Je me trompe à nouveau au Col des Pauvres, cherchant le balisage. Je fais demi-tour assez vite en apercevant un panneau qui indique Nant, soit un retour en arrière. Je remonte un pierrier sur 300 m et trouve le panneau et le balisage indiquant la bonne direction. Dans la nuit, il n'est pas toujours facile de trouver son chemin. Arrivé à Frénières, en compagnie de Gilles, nous nous trompons en suivant la route en direction de Bex, ne voyant pas la flèche peinte au sol, à côté de la route où on doit bifurquer. Pour ma part, je cours

