

## Le Solukhumbu Trail 2017

27/10 : Le grand jour est arrivé. Décollage de Nantes pour 30 heures de voyage via Paris, Bangkok pour atterrir à Katmandou.

Contraste de société évidente dès le premier contact népalais de cette fourmilière humaine insupportable pour nous et avec aucun entretien matériel, des routes complètement défoncées, poussiéreuses, où le buffle s'avère obligatoire.

L'hôtel se trouve dans une zone touristique avec beaucoup de magasins, échoppes de toutes sortes de souvenirs népalais.

1<sup>ère</sup> journée : contrôle sanitaire et matériel. Départ le 30 pour Jiri par bus, 3 bus en convoi sur la route de l'enfer, 13 heures pour parcourir 320 km avec contrôle de douane à chaque changement de région (6).

**1<sup>ère</sup> étape** : Jiri (1950m)–Durali (2700m) - Bandhar (2190m), 16,5 km, (1400+ ; 1200-). 1<sup>ère</sup> confrontation des forces. 40 coureurs dont 5 népalais et 10 marcheurs.

**2<sup>ème</sup> étape** : Bandhar (2190m) – Lamjura (3530 m), 20 km (2020+ ; 757-). Formation de 2 groupes de coureurs pour avoir moins d'écart de temps sur les étapes. Le premier groupe, plus faible part plus tôt. Réveil tous les matins à 5h, dépôt des sacs à 6h pour le départ des sherpas, départ à 7h pour le premier groupe, départ à 8h pour le 2<sup>ème</sup> groupe. Je me retrouve dans le 2<sup>ème</sup> groupe.

Les forces se dévoilent, il y a ceux qui font la course et les autres en mode découverte. A cette altitude de 3500 m, les chemins sont fréquentés par des convois de mules et trekkers de toutes nationalités.

**3<sup>ème</sup> étape** : Lamjura (3530 m)– Jumbesy (2800 m) ;10 km (200+ ; 800-). Nous montons en altitude, la neige se rapproche.

**4<sup>ème</sup> étape** : Beni – Dudhakunda 4600m. Retour à Beni sous la neige à notre camp de base dans nos tentes doubles, 2 nuits à moins 10°. Pour moi mal des montagnes, symptômes d'angoisse et étouffement sans gravité pour continuer la course.

**5<sup>ème</sup> étape** : Beni – Takasindu. Changement d'itinéraire, il a fallu redescendre pour des raisons de sécurité dues à la neige.

**6<sup>ème</sup> étape** : Bupsa – Phakding. L'état des troupes se détériore, beaucoup de toux aiguës dues à la poussière et le froid. La fatigue se fait ressentir par manque de confort depuis 2 nuits sous la neige, dans les tentes parquées entre les murets à animaux et couverts d'une bâche pour la restauration et la fabrication de la cuisine dans une ambiance enfumée. Obligation de s'asseoir par terre pour supporter le boucanage imposé.

**7<sup>ème</sup> étape** : Phakding – Thame 3800m. Passage par le col de Renjo la Pass à 5330m. Paysage irréel mais vrai.

**8<sup>ème</sup> étape** : Thame – Lunden 4380m. A part l'après-midi de neige beau temps dégagé tous les matins et souvent couvert l'après-midi.

**9<sup>ème</sup> étape** : Lunden 4800m. Lentement mais sûrement nous montons en altitude.

**10<sup>ème</sup> étape :** Gokyo – Lobuche 5000m. J'ai beaucoup de mal à cette altitude, manque d'oxygène et jambes flagada...

**11<sup>ème</sup> étape :** Lobuche – Kala Patthar – Dingboche. Objectif de ce périple : photo du groupe en haut de Kala Patthar face à l'Everest. Pas de mots assez forts pour décrire le paysage.

**12<sup>ème</sup> étape :** Dingboche – Namché. Grande fatigue des troupes et tension perfectible entre certains concurrents. Namché est un village très fréquenté par trekkers sur la route principale de l'Everest.

**13<sup>ème</sup> étape :** Namché – Poyan 2700m. La descente est amorcée. Exceptionnellement réveil à 4 heures pour éviter les convois de Mules. Plus haut les convois étaient des yacks, plus adaptés à l'altitude. Je me sens plus en forme malgré une toux persistante en quintes. Ce soir nous sommes hébergés chez l'habitant. Sans confort ils nous accueillent dans leurs maisons. Répartis par 3, nous dormons sur des banquettes sans matelas dans notre sac de couchage. Nourriture très typique et boisson alcoolisée chaude, il faut s'accrocher.

**14<sup>ème</sup> étape :** Poyan – Chulemo. Village natal de Dawa. Réception à l'école pour remettre des dons de vêtements. Longue cérémonie accompagnée de remise d'un Katar (écharpe) et de nourriture. Présence dans une cérémonie bouddhiste dans le monastère où Dawa a été formé.

**15<sup>ème</sup> étape :** Chulemo – Takasindu. 2km. Etape de transition.

**16<sup>ème</sup> étape :** Takasindu – Phaplu. Dernière étape de course souhaitée par la plupart des participants. Course unique d'un concept aussi long.

« Finisher ». Ce mot a vraiment une connotation d'exploit dans ce contexte.

Retour sur Kathmandu. La route de l'enfer (bis). 320 km en 13heures. A l'entrée de Kathmandu intrusion involontaire dans une manifestation pour des raisons d'élections politiques. Caillassage du bus avec une dizaine de projectiles, pare-brise et vitres latérales explosés. Beaucoup de pression et de frustration dans ce bus qui nous a ramené à bon port grâce au sang-froid du chauffeur.

On rêve trop souvent les yeux fermés, il faut plutôt rêver les yeux ouverts (Mike Horn).

Merci Dawa

DD