



**RELIGION**

**Le père Mirek, de la Pologne à Vieux-Thann**

Photo L'Alsace/M.SCHERTZINGER

Page 24



**CERNAY**

**450 collégiens dans les coulisses du chantier de la piscine**

Photo DNA/Gregoire GAUCHET

Page 27



**STAFFELFELDEN**

**La Margelle : du cirque pour lancer la saison**

DR

Page 27

**SPORT** Témoignage

## Premier Ultra-trail du Mont-Blanc pour le Thannois Pascal Garny

L'accompagnateur en montagne thannois Pascal Garny vient de boucler les 171,5 kilomètres et 10 000 mètres de dénivelé de son premier Ultra trail du Mont-Blanc. Il en revient des rêves plein la tête... et des ampoules plein les pieds.

Pascal Garny, ce nom n'est pas inconnu de celles et ceux qui fréquentent le massif des Vosges. Accompagnateur en moyenne montagne et passionné de trail, le Thannois revient de la vallée de l'Arve en ayant réalisé un rêve : courir l'Ultra-trail du Mont-Blanc, l'UTMB pour les connaisseurs. Il s'agit de la course de l'extrême de référence parmi les coureurs en montagne. Une épreuve dont il avait découvert l'existence en 2006 et qu'il a donc mis quelques années à préparer.

**L'une des courses les plus difficiles au monde**

Cette boucle mythique réunit les meilleurs traileurs du monde. Son tracé s'appa-



Pascal Garny a parcouru les 171,5 km en 45 h 13'29. DR

rente à un tour complet du massif du Mont-Blanc. Il traverse les trois pays qui se partagent la plus haute montagne d'Europe : la France, la Suisse, et l'Italie

et sillonne des paysages superbes. C'est ainsi que l'UTMB est devenu son futur challenge. Pour y participer, il lui a fallu suivre un sérieux en-

**BIO**

Né en 1972, Pascal Garny pratique le sport depuis tout jeune. Après avoir exercé le métier d'automaticien pendant quinze ans, il reprend des études pour passer le diplôme d'état d'accompagnateur moyenne montagne. Il lance Côté Vosges en 2012 et, depuis 2016, son épouse travaille également avec lui sur cette activité de montagne. La période haute, c'est l'hiver, avec les balades à raquettes à neige et les constructions d'igloos (pour tous les âges).

traînement, une montagne d'exercices. Un programme nécessaire pour entrer dans le monde de l'endurance et courir au-delà de ses limites, même si Pascal Garny avait déjà participé au Tour de la Thur.

En 2008, le randonneur s'est lancé dans la course à pied. Puis en 2016 il a attaqué les ultra trails : le Grand trail de Gérardmer, la Maxi race du lac d'Annecy, le Défi des Seigneurs (Niederbronn-les-Bains), les 90 km du mont Blanc... en guise de hors-d'œuvre. Pour prétendre prendre le départ de l'UTMB, il a participé en 2018 aux courses qualificatives qui lui ont permis de s'inscrire. Mais cela ne suffit pas à être assuré de courir l'épreuve. Il a encore dû passer par le tirage au sort, l'épreuve étant limitée à 2300 athlètes... Les dieux de la montagne lui ont été favorables. Il nous livre ci-contre le récit de son expérience.

Pour l'édition 2020, Pascal Garny aimerait bien participer au prochain UTMB... mais en tant que spectateur !

Norbert HECHT

« Je m'étais interdit de penser à la ligne d'arrivée, mais... »

De retour du Mont-Blanc, Pascal Garny nous fait vivre sa course de l'intérieur.

« Le vendredi 30 août à 18 h, ce sont finalement 2543 coureurs qui s'élancent de Chamonix en direction des Houches (8 km). Ambiance incroyable : sur plusieurs kilomètres, des spectateurs nous acclament et nous encouragent, alors que nous n'avons encore produit aucun effort. Entre les Houches et Saint-Gervais (21 km), Éric, mon partenaire d'entraînement, m'encourage en tant que spectateur et me donne à nouveau rendez-vous dimanche matin au col des Montets (km 157). Entre Saint-Gervais et les Contamines-Monjoie (31 km), mes beaux-parents me voient passer à 22 h 05 tout près de l'appartement réservé pour la cause. Au ravitaillement des Contamines, je retrouve mon épouse pour un change complet, puis direction les Chapieux (km 50). »

**« Le jour se lève, je peux couper la frontale »**

« À l'arrivée, 18 minutes d'arrêt, puis je repars à 4 h 18 direction col de la Seigne (2516 m) que je passe à 6 h 49. Le jour se lève, je peux couper la frontale. Je poursuis en direction du lac de Combal, pour un ravito express de dix minutes. Après la belle montée jusqu'à l'arrêt du mont Favre, le passage du col Chécrouit et une descente vertigineuse, j'arrive à Courmayeur à 11 h 28 (km 80). Je me change intégralement et me régale d'une assiette de pâtes, on est quand même en Italie ! Après 34 minutes d'arrêt, c'est reparti pour le refuge Bertone, le refuge Bonatti et Arnouvaz (km 97) où j'arrive à 16 h 42 (soit 1 h 33

d'avance sur la barrière horaire). Je passe à 18 h 34 le col Ferret (plus haut point de la course à 2537 m) par très beaux temps, et sans vent, un vrai miracle. Avant d'arriver à la Fouly (km 112), grosse averse et pas le temps d'enfiler le pantalon de pluie. J'y arrive à 20 h 33 et j'ai hâte de me changer car je commence à avoir vraiment froid. Un monde fou sous la tente, impossible de m'asseoir et je me change de-

bout. »  
 « Je repars à 20 h 53 pour Champex et il est temps d'allumer la frontale. J'arrive à 0 h 05, youpi on est déjà dimanche ! Je m'allonge sur un lit de camp, je ne dors pas car c'est un peu bruyant et après vingt minutes de repos je me ravitaille pour rallier Trient (km 142). À l'arrivée, j'ai trop mal aux pieds (ampoule) et, après une injection d'éosine à la seringue par un podologue, direction Vallorcine (km 153) où m'attendent mon épouse et mon fils. Après une soupe, un moral regonflé et cinquante-cinq minutes d'arrêt, je repars dans la montée du col des Montets où Éric est fidèle au rendez-vous. »

« Arrivé à la tête aux Vents, il ne me reste plus que 11,5 km pour finir l'épreuve. Jusqu'à présent, je m'étais interdit de penser à la ligne d'arrivée, mais à la sortie de la forêt je me dis : ça y est, je vais le faire ! Le sourire revient, les douleurs disparaissent comme par magie. Il me reste 300 m à faire, quelle ambiance, c'est énorme ! Et lorsque je sors du dernier virage, je vois l'arche d'arrivée et tous mes amis prêts à immortaliser, avec leur appareil photo, cette aventure dans un décor grandiose que je n'oublierai pas de sitôt. »

**ALSACE**  
**IMMOBILIER**  
 AVEC **bien'ici**  
 immo.lalsace.fr

**DÉCOUVREZ**  
 notre magazine immobilier  
 et trouvez votre futur logement  
 Actuellement en points de dépôts

HAUT-RHIN