

POURQUOI ÊTRE ULTRA-SIESTE PLUTÔT QU'ULTRA-TRAIL

Pour le renvoi en fin de texte de chaque épisode

L'ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC EXPLIQUÉ AUX ULTRA-NULS

L'ultra-trail désigne les courses à pied en nature d'une longueur supérieure à celle du marathon, soit 42,195 km. Les puristes estiment que cette discipline commence en fait réellement au-delà de 100 km. Voilà pour la définition (wikipédia).

L'Ultra-Trail du Mont-Blanc est la vitrine commerciale et médiatique de l'entreprise américaine North Face. C'est une marque déposée (d'où le ®) et donc seuls quelques privilégiés peuvent désormais utiliser légalement le nom et le concept et en toucher les dividendes et les royalties. Comme quoi, on peut vraiment tout acheter aujourd'hui, même une course autour du Mont-Blanc.

L'Ultra-Trail du Mont-Blanc est un nom générique qui regroupe 4 courses différentes :

L'Ultra-Trail du Mont-Blanc (UTMB) en tant que tel : 2300 coureurs, 166 km, 9 500 m de dénivelé positif, en moins de 46 heures.

La Courmayeur-Champex-Chamonix (CCC) : 1800 coureurs, 98 km, 5 600 m de dénivelé positif, en moins de 26 heures.

Sur les Traces des Ducs de Savoie (TDS) : 1200 coureurs, 106 km, 6 700 m de dénivelé positif, en moins de 32 heures.

La petite Trotte à Léon (PTL) : 210 coureurs en 75 équipes, 245 km, 19 000 m de dénivelé positif, en moins de 110 heures.

Eh oui, ça en jette tous ces chiffres inconcevables. Mis bout à bout, ça fait 5510 coureurs qui parcourent 615 km autour du Mont-Blanc en montant 40 800 m sur 6 jours. Un peu comme si on organisait une course de Paris à Chamonix en montant 8 fois le Mont-Blanc en moins d'une semaine. On peut y rajouter 1650 bénévoles (en 2009) qui soumettent gratuitement et servilement leur temps et leur savoir pour faire de l'événement une "merveilleuse réussite" et pour que des plus intéressés qu'eux en récupèrent le profit financier et médiatique. On peut compléter le tableau avec les milliers d'accompagnants et de spectateurs qui viendront encombrer un peu plus nos routes (on fermera même les routes de Saint-Gervais et de Champex pour laisser la place aux bus de l'organisation parce qu'il y a quand même des priorités dans la vie) et qui boosteront l'économie touristique en fin de saison estivale.

La faune, la flore et les autochtones n'auront qu'à bien se tenir.

L'ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC, ON ARRÊTE TOUT (1)

L'Ultra-Trail du Mont-blanc semble faire aujourd'hui l'unanimité auprès d'un grand nombre de personnes et d'institutions. Courir en montagne serait l'expression des valeurs humaines qui mènent à l'épanouissement, à la solidarité, à la fraternité, voire à une relation respectueuse et même intime avec la nature. L'UTMB se voudrait être éco-responsable, éthique, et même au service de la science.

En y regardant honnêtement de plus près, on se rend assez vite compte que l'UTMB n'est pas tant cette course qualifiée des superlatifs les plus flatteurs, mais bien plutôt un événement orchestré par des intérêts financiers et médiatiques qui exploitent la montagne comme un grand stade perçu uniquement comme un parc d'attraction et qui rabaisent la condition humaine à celle de participer au grand show du dépassement de ses limites ou, pire encore, d'appartenir à la caste glorieuse des finishers.

L'UTMB, peut nuire gravement à la santé

L'UTMB est fier d'avoir une commission médicale. L'UTMB participe donc à une meilleure connaissance médicale grâce aux recherches scientifiques sur tous les maux qui affectent les coureurs de fond. On apprend grâce à ces études sur les coureurs cobayes que, pour la course de l'UTMB, 36% d'entre eux ont abandonné la course en 2009 (46% en 2008). Les causes principales en sont dans l'ordre d'importance les problèmes musculaires (16%), les tendinites (15%), les nausées et vomissements (15%), les problèmes articulaires (10%). Vient ensuite le dépassement horaire (6% de vilains qui ne courent pas assez vite) puis suivent l'épuisement, les ampoules, le mental (sic), les entorses-fractures, la diarrhée, la déshydratation, l'environnement (c'est donc aussi un obstacle insurmontable pour certains), l'échauffement, l'essoufflement, l'itinéraire (on imagine que certains ont dû se perdre), les malaises, les douleurs thoraciques, les palpitations. Ouf, la liste est longue. On va aussi établir une photo sanitaire du cœur des coureurs pour mieux les sensibiliser aux risques cardio-vasculaires et étudier la rhabdomyolise (la fatigue de grande endurance pour les incultes !) pour bien démontrer que courir l'UTMB, c'est vraiment crevant et dommageable pour le corps.

Et bien, après tout ça, honnêtement, on ne peut conclure autrement que courir l'ultra-trail, ce n'est pas si bénéfique pour la santé. Mais bon, on pourra toujours rétorquer que 64% ont été jusqu'au bout, ce n'est pas si mal. Bien qu'il serait aussi intéressant de pouvoir juger dans quel état physique ils finissent la course.

On fait donc des études pour pouvoir comprendre les maux des UFO (ultra-fondus pour les profanes) qui courent à s'en défoncer, c'est merveilleux. On pourrait aussi nous dire combien de temps il faut pour récupérer ses capacités physiques après un ultra, combien ça coûte aux coureurs en dépenses médicales et hospitalières, et quelle est la contribution de tous les services publics et donc des contribuables pour remédier à toutes ces souffrances qu'on s'inflige par masochisme et en toute bonne conscience.

Pour ce qui est du dopage, tout le monde sera évidemment clean sur le trail, personne n'en doute. Chacun s'abstiendra de consommer les produits interdits. Ceux autorisés seront par contre largement utilisés, et notamment l'endorphine que le corps génère lui-même pour stopper la douleur et dont les coureurs abuseront comme d'habitude pour atteindre l'état de transe du second souffle. Il doit être vrai que les coureurs ont à ce moment là une vision idyllique de la montagne. Tout bien réfléchi, les coureurs sont sans conteste dopés et accros à la course qui leur procure l'endorphine dont ils ont besoin. Des vrais drogués en fait. N'est-ce pas d'ailleurs le but inconscient et inavoué que de se shooter à l'endorphine produite par ses propres mécanismes physiologiques dans la plus totale légalité, pour affranchir son corps et ses actions de la raison et du bon sens et ainsi se déconnecter du réel.

Allez messieurs les coureurs, signés la charte éthique de l'ultra-trail, votre dopage et votre inconscience ne s'en porteront que mieux. Et que les organisateurs publient la liste de ceux qui ne l'ont pas signée, plutôt que le contraire.

L'ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC, ON ARRÊTE TOUT (2)

L'UTMB, pour encore plus de pollution

Tous les contrats éthiques et les chartes développement durable signés par l'UTMB ne pourront jamais rendre négligeable l'impact environnemental d'un événement rassemblant autant de monde et impliquant autant de moyens. L'UTMB signifie bel et bien plus de nuisances, entre autre plus de déchets, plus de transport, plus de gaspillage d'énergie et de matière et donc plus de pollutions atmosphériques, visuelles et sonores. Les habitants en seront pour leurs frais d'avoir à supporter et à gérer toutes ses nuisances additionnelles à celles qu'ils connaissent malheureusement déjà.

L'UTMB, le culte du corps contre la culture du bon sens

Un programme de conférence pour cultiver son savoir sur la course accompagne l'UTMB. Tout est fait pour pouvoir s'abrutir un peu plus. Qu'on en juge :

- "courir pieds nus (barefooting)" avec Vibram, marque de semelles antidérapantes (ça ne s'invente pas mais on ne rigole pas, il existe vraiment aujourd'hui des chaussures qui permettent de courir pieds nus, comprenez qui pourra).

- "les troubles alimentaires pendant l'ultra-trail". Ben oui, ça fait mal au bide de courir, mais on ne va pas s'arrêter pour préserver son estomac de quelques dérangements digestifs.

- "le kinésiotapping", histoire de savoir comment provoquer des petits décollements cutanés avec des effets microcirculatoires et musculaires, pour prévenir certaines pathologies du coureurs. Vraiment, rien n'est trop absurde pour aller toujours plus loin dans la défonce.

- "Courir de nuit" avec Petzl, marque de lampes frontales bien évidemment. Courir de jour, ça n'est plus suffisant, il faut aussi courir de nuit, même plus le temps d'aller dormir et de rêver. Infortunés trailers.

Les coureurs d'ultra-trail ont décidément vraiment beaucoup de temps à perdre. On pourrait leur conseiller d'arrêter de se torturer l'esprit pour essayer de pousser toujours plus loin leurs performances et leur limites, et de profiter plus simplement et véritablement de la nature et de la vie.

L'UTMB, un supermarché bien rodé

L'UTMB, comme toute bonne religion qui se respecte, a bien évidemment aussi son temple, ses marchands et ses boutiques. Le salon de l'UTMB comptera cette année 70 exposants. Ceux-ci seront là non pas tant par amour du trail et de la montagne mais plutôt pour promouvoir et nous vendre leurs produits et services. On y trouvera également la boutique officielle de l'UTMB avec toute sa panoplie d'articles au logo du bonhomme qui survole la montagne tel un soleil resplendissant. 67 € l'homme mauna kea zipneck et 135 € la femme trajectory hybrid jacket, indispensables accoutrements synthétiques extraterrestres, grotesques mais fort pratiques paraît-il pour explorer ses limites physiques... et financières. Les népalais et les haïtiens qu'aide l'UTMB apprécieront.....

L'ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC, ON ARRÊTE TOUT (3)

L'UTMB, à fond le tiroir caisse

Eh oui, il faut bien faire tourner la machine. Et c'est là qu'interviennent les partenaires, qui investissent pour pouvoir tirer un profit personnel du grand cirque de la course de fond. On se demande d'ailleurs combien ils sont à essayer de profiter de cette manne sportive. La liste est trop longue pour compter. L'UTMB à son échelle n'a en tout cas rien à envier aux JO ou aux coupes du monde de tout poil.

On aimerait bien aussi savoir quel est le budget officiel de l'UTMB, combien d'argent privé et public est engagé sur l'événement, combien donnent les partenaires, quelles sont les retombées financières et au bénéfice de qui. Tout ça mis en rapport par exemple avec les donations pour les associations caritatives et avec les coûts directs et indirects pris en charge par la société civile et la population locale pour, par exemple, éliminer les déchets des coureurs, les secourir et les soigner. Et quelle relation prévaut entre l'UTMB et les médias qui doivent obtenir une accréditation pour couvrir l'événement? Autant d'informations qu'on ne peut malheureusement pas consulter sur le site de l'UTMB.

Pour se donner malgré tout une petite idée des sommes en jeu, l'année dernière, le budget global aurait été de 1,3 M€ sans compter les prestations offertes par les municipalités et le travail gratuit des bénévoles qui sont loin d'être négligeables. La mairie de Chamonix à elle seule aurait donné gracieusement 55000 € de l'argent des contribuables. On suppose que les retombées financières auront été pour quelques uns à la mesure des investissements puisque l'événement est reporté avec toujours plus de démesure. On attend néanmoins de savoir combien les associations humanitaires ont reçu pour aider les plus déshérités. Ainsi que les estimations des coûts sociaux et environnementaux à court et long termes. Mais il serait sûrement trop mesquin d'en parler au risque de ternir la grande fête.

L'UTMB, simulacre de solidarité

L'UTMB invite les coureurs à soutenir une association caritative pour "relativiser leur propre souffrance et prendre conscience de leurs privilèges" (sic).

Eh oui, c'est donc bien souffrir que de courir l'ultra-trail mais ça soulage de savoir qu'il y a des gens qui souffrent plus que soi, d'autant plus que les coureurs, ils souffrent volontairement et dans le "plaisir", tandis que les autres sont souvent les victimes involontaires du système mondialisé de consommation et de compétition libérales dont l'UTMB est un des plus remarquable représentant et supporteur.

On avoue honnêtement que les coureurs sont des privilégiés, tout en omettant d'expliquer que ce privilège de pouvoir courir l'UTMB parce qu'on est riche et bien né n'est consécutif qu'à l'exploitation par 20% de la population mondiale (dont font partie les coureurs) des 80% restants qui en sont réduits à la misère et à l'impossibilité de courir (quelle malchance, vraiment).

Mais bon, donner quelques miettes pour la bonne cause doit permettre de courir en oubliant la responsabilité de ses comportements, c'est toujours ça de gagner.

C'est aussi par solidarité que l'UTMB soutient la course en joelette pour les handicapés. Faire courir les handicapés, il n'y avait que l'UTMB pour oser une telle infamie.

Et c'est par solidarité avec les enfants que l'UTMB propose aux plus jeunes (à partir de 3 ans quand même) une initiation à la course avec un mini-UTMB et un mini-CCC. Il n'est jamais trop tôt pour formater la jeunesse à s'abimer le corps, à hypothéquer sa santé et surtout à soutenir l'UTMB dans toutes ses dimensions. La relève des fondus est donc déjà assurée, qu'on se rassure.

On remarquera que l'UTMB invite les coureurs à soutenir eux-mêmes des associations caritatives, et c'est bien sûr sans obligation. Les organisateurs et les partenaires quant à eux ne sont pas sollicités, ils doivent préférer investir leur argent dans des placements plus rémunérateurs que la solidarité et l'humanitaire.

Par ailleurs, ces quelques euros donnés par 5500 coureurs en plus de l'inscription doivent constituer une jolie somme pour toutes ces associations, mais au regard des sommes globales dépensées sur l'événement, on se dit que les priorités ne sont pas vraiment celles qu'on veut bien nous montrer.

L'ULTRA-SIESTE, ON RÉFLÉCHIT ET C'EST PAS TRISTE

L'Ultra-Sieste est d'abord une action symbolique non-violente pour dénoncer les dérives qui prévalent de plus en plus dans notre société et qui s'expriment notamment dans l'Ultra-Trail. C'est aussi un instrument de proposition pour mettre en œuvre concrètement des solutions locales pour aller à l'encontre d'une catastrophe environnementale et sociale globale.

L'Ultra-Sieste propose une réflexion sur notre vision et notre appréhension du monde pour pouvoir engager des changements dans nos comportements et nos pratiques qui puissent réellement orienter l'humanité vers une société juste sur une Planète accueillante pour tous.

Dans ce sens et à l'opposé des valeurs que prône l'Ultra-Trail, l'Ultra-Sieste propose d'abord d'arrêter de courir, puis de réfléchir, et enfin d'adapter son rythme pour vivre décemment afin que tous puissent décemment vivre. Loin d'être un encouragement à la paresse, l'Ultra-Sieste offre simplement de mieux faire marcher le monde.

Ainsi, l'Ultra-Sieste, dans sa philosophie et ses actions, permet de réduire réellement et significativement notre impact sur l'environnement et de donner à l'être humain sa véritable place dans la nature, sans l'exploiter ni l'abuser. Elle est donc "éco-responsable" par nature, et n'a pas besoin de chercher à s'en convaincre et d'en convaincre les autres par une multitude de chartes, de contrats éthiques et de labels plus verts les uns que les autres.

Elle n'est pas préjudiciable pour la santé et ne nécessite donc pas de commission médicale en son sein. On y respecte son corps et son esprit. La mettre en pratique est accessible au plus grand nombre quelle que soit sa condition physique. Le dopage n'y a évidemment pas lieu d'être.

Elle n'a pas d'objectifs lucratifs. Elle se pratique donc hors des circuits marchands mondialisés et promeut l'usage raisonné des ressources et des moyens que nous donne la nature. Les sponsors, les médias et autres publicitaires ne cherchent pas à l'exploiter pour leur compte. Ce n'est pas une marque déposée, on peut donc en user sans risque d'être poursuivi et condamné par les puissants. Elle ne se sert pas de fonds publics pour générer des profits privés et ne détourne donc pas l'argent des contribuables de sa vocation d'intérêt général. De plus, elle se pratique sans tenue de cosmonaute, et n'a donc pas besoin de salons et de boutiques mercantiles. Elle limite ainsi sa responsabilité dans les causes de la misère du monde et ne rabaisse pas la dignité d'autrui.

Tout le monde peut soutenir l'Ultra-Sieste et y participer librement quels que soient ses moyens financiers. Les riches comme les pauvres y sont donc bienvenus. Elle n'est pas compétitive, il n'y a rien à y gagner sinon le respect de soi et des autres, la fraternité et la convivialité.

Autant de raisons pour être Ultra-Sieste plutôt qu'Ultra-Trail quand on veut changer le monde pour le meilleur.

L'esprit de l'Ultra-Sieste est consigné dans sa charte. Tous ceux qui s'y reconnaissent pourront donc nous rejoindre pour en témoigner et le partager. Les autres seront aussi les bienvenus pour confronter leurs idées aux nôtres dans une attitude d'ouverture et de respect mutuel.

A bientôt, du 24 au 27 août (voir programme).

Les membres du collectif Ultra-Sieste

NB : on parle ici de l'UTMB au masculin, parce que ces messieurs y sont majoritairement représentés comme on peut s'y attendre. Ces dames ne sont néanmoins pas en reste et participent aussi allégrement à l'exploration de leurs limites. On en est évidemment désolé pour elles aussi.

CHARTE ULTRA-SIESTE

Faisant le constat

que la société actuelle nous pousse à courir toujours plus vite et plus loin vers des idéaux fallacieux de supériorité du corps sur la raison,

que cette même société cherche à nous imposer des schémas de pensée orientés dans le sens de toujours plus de performance et de consommation pour un petit nombre au détriment de la majorité,

que la nature et ses ressources sont utilisées pour assouvir les besoins destructeurs de certains au préjudice du bien commun et de la pérennité de la vie dans toute sa diversité,

que la publicité et les médias cherchent toujours d'avantage à nous faire adhérer sans réserve aux idéaux de la course au toujours plus,

que de plus en plus d'activités humaines sont récupérées par des entreprises privées à leur propre profit,

le collectif Ultra-Sieste propose aujourd'hui d'arrêter de courir comme le préalable à l'idéal commun d'une planète vivable pour tous sans considération des capacités de chacun à dominer les autres par des moyens physiques, financiers ou politiques.