

Suède D'une île à l'autre

Nageant et courant, ils se retrouvent sur les îles autour de Stockholm pour le *swimrun*, une course parmi les plus belles et les plus dures du monde. Des Romands y étaient cette année. Avec le reporter de *l'Echo* qui s'est mouillé pour l'occasion. Brrr!

Texte: Césard Deffeyes.

Photos: C. Deffeyes, Jakob Edhom, Nadja Odenhage



Page précédente
Les passages de
la nage en eau
froide à la course
à pied sont sou-
vent très délicats.

Ci-dessus
L'Ötillö est une
épreuve qui se
court par deux et
où la solidarité
est primordiale.

Ci-dessous
Le départ de la
course se fait dans
la bonne humeur.
Mais les sourires
vont vite se figer.

«Vous aurez chaud puis froid par moments, mais ne vous arrêtez pas. Quand ça semblera facile, profitez! Quand ce sera la galère, ne nous critiquez pas! Votre première ressource est votre partenaire, la deuxième, ce sont les membres des autres équipes. Car au *swimrun*, on prend soin les uns des autres. Aucune course au monde ne vaut qu'on renonce à aider un concurrent en difficulté.» Dans ce grand hôtel de l'île de Sandhamn, près de Stockholm, 240 athlètes de 21 nationalités écoutent religieusement Michael Lemmel à la veille de la 11^e édition de l'Ötillö *swimrun*, une épreuve d'ultra endurance parmi les plus difficiles au monde. Ce quinquagénaire qui dégage force et douceur aime sa course et les athlètes. Tous, même ceux qui en sont à leur première participation

ou qui maîtrisent mal l'anglais, le comprennent d'emblée. La veille, lui et son acolyte Mats Skott ont accueilli chaque participant à sa descente du ferry par une chaleureuse accolade. Lundi 5 septembre, 6h: après une courte nuit de sommeil, un coup de pistolet retentit. Cent-vingt binômes en combinaison rouge, verte ou orange s'élancent du port de l'île de Sandhamn. Premier but, l'île d'Utö. Ils vont courir et nager, courir et nager encore sur les 75 kilomètres (dont 10 à la nage) qui relient 26 îles sauvages de l'archipel de Stockholm. Le temps est gris. Il fait une quinzaine de degrés. «La journée s'annonce idéale, l'équipe gagnante battra le record et descendra sous les 8 heures», pronostique Dennis Blomberg, fin connaisseur. La suite lui donnera raison.

Après 1,2 km d'échauffement, le peloton se jette à l'eau. C'est la plus longue section dans la mer avec 1,7 km. La Baltique est à 13 degrés et la combinaison néoprène n'est pas de trop! L'écroulement commence. Au milieu des vagues et des méduses, les meilleurs duos avancent à plus de 4 km à l'heure reliés par la corde. La plupart ont des plaquettes sur les mains pour aller plus vite et un flotteur *pull buoy* (bouée) entre les jambes pour s'économiser.

LE SYSTÈME D EST ROI

«Sur l'Ötillö, et dans le *swimrun* en général, le choix du matériel est très libre. La seule contrainte est de le transporter avec soi du début à la fin. Cela donne plein de possibilités», se réjouit Stefan Sponer, de l'entreprise Head, nageur passionné. La marque



Les participants
doivent transporter
l'intégralité de leur
matériel tout au
long des 75 km du
parcours.

a parié sur la discipline voici trois ans et elle sponsorise l'épreuve. Elle écoule chaque année quelque 10'000 combinaisons conçues pour nager dans le froid, courir sans entrave et s'enlever facilement quand la chaleur est trop forte. Quelques participants utilisent des palmes, mais elles sont lourdes à transporter sur terre et elles provoquent à la longue des crampes dans l'eau.

Mats et Jesper Andersson font partie des *Original four*, le quatuor de potes qui a eu l'idée de cette course folle en 2005. «Tout est parti d'une soirée bien arrosée, se souvient Mats. On s'est penché sur une serviette de table représentant les îles de la région et on s'est dit: 'Pourquoi ne pas aller de l'une à l'autre?'»

Au sixième ravitaillement, à mi-course, le Suédois arbore un sourire où se lit un immense plaisir teinté de souffrance. A ce stade, d'énormes écarts se sont déjà creusés entre les concurrents. Pourtant «l'esprit *swimrun*», prôné par Michael Lemmel, fait de

respect des autres, de la nature et de l'effort, perdure. Quand une équipe en dépasse une autre, c'est à qui encouragera le plus ses adversaires.

Au sprint intermédiaire, le Canadien Paul Krochak, co-champion du monde en titre, se saisit d'un gobelet et le boit en continuant sa course. Alors qu'il s'apprête à le jeter dans un fourré, il se ravise, revient en arrière et le jette dans la poubelle ad-hoc comme l'exigent les organisateurs pour qui «la nature ne doit en aucun cas pâtir de la compétition». Respectés, les habitants des îles laissent donc la course traverser leurs terres sans problème. Voire leur jardin, à l'image de Sylvia qui ne manquerait le passage de l'Ötillö pour rien au monde.

DES FEMMES DOMINATRICES

«Il y a encore trois ans, on nous prenait pour des fous. Aujourd'hui, quelque 150 épreuves de *swimrun* ont lieu dans plusieurs pays, se félicite Josefine Ås, porte-parole de la course. Quatre courses qualificatives sont la-

bellisées Ötillö, dont une en Engadine. «Environ 10'000 athlètes pratiquent notre discipline. Laquelle montre la voie puisque c'est le premier sport où des équipes 100% féminines sont régulièrement sur le podium», se réjouit de son côté Michael Lemmel.

Faute de places d'hébergement sur l'île de départ, l'épreuve suédoise est limitée à 240 participants. La plupart viennent du triathlon, du marathon ou de la natation. Ils forment une étrange tribu de passionnés durs au mal et jusqu'au-boutistes, où amitié et rivalité cohabitent sans heurts. «Evoluer dans la nature, en communion avec elle, est une véritable aventure qui inspire et donne l'envie de se dépasser», explique joliment la «swimrunneuse» Asa Sönnnerby.

Devant nous, la Suédoise Diane Sadik repart sans sourciller après avoir fait panser une plaie profonde au genou droit. Crampes, hypothermie, fracture et même une récente maternité: rien n'arrête ces obstinés face





De g. à dr.
Le parcours traverse 26 magnifiques îles sauvages de l'archipel de Stockholm.

C'est une tradition sur l'Ötillö: Michael Lemmel, directeur de la course, salue un à un les participants à leur arrivée. Ici, le triathlète Faris Al-Sultan.

Les Vaudois Gilbert Cavedon et Philip Morel sont les premiers romands à avoir bouclé la course.

Par endroit, les athlètes sont encouragés par des spectateurs enthousiastes. En Suède, le swimrun est très populaires.

L'accostage est toujours délicat, les blessures ne sont pas rares.

A peine la ligne d'arrivée passée, après 8 h 49 d'effort, Eva Nyström, gagnante chez les mixtes, se jette sur son bébé pour l'embrasser.

auxquels on hésite entre admiration et consternation.

Après 7 h 59 mn et 4 s d'effort, Daniel Hansson and Lelle Moberg, membres des forces armées suédoises, franchissent la ligne en vainqueurs, heureux mais modestes bien qu'ils aient réalisé le nouveau record de l'épreuve. Ils toucheront une récompense quasi symbolique de 25'000 couronnes suédoises, soit environ 2850 francs suisses.

Moins de trois heures plus tard, les deux Romands Gilbert Cavedon – «pas dans un bon jour» – et Philip Morel passent la ligne d'arrivée. C'est la première équipe romande à participer à cette épreuve. «C'était génial

d'évoluer ensemble sur ce parcours parfois très technique, mais tellement beau et sauvage. Le froid nous a parfois tétanisés. Sortir de l'eau, où les courants nous ont bien secoués, et nous mettre à courir illico, n'est pas évident», racontent les deux Vaudois après la douche.

Il est environ 18 h 30. A cet instant, la dernière équipe se bat encore à quatre îles de là. Elle franchira la ligne d'arrivée à 20 h 09 après plus de quatorze heures d'effort. Michael Lemmel l'accueille comme les 109 autres duos de *finishers* avant eux en leur offrant une seconde accolade, de félicitations cette fois. ■

César Deffeyes

Notre journaliste dans la course

Admirer c'est bien, se jeter à l'eau c'est encore mieux! Engoncés dans une combinaison néoprène, nous courons entre les herbes hautes, un flotteur *Pull buoy* attaché à la cuisse. Je vais un peu trop vite, ma coéquipière Helen Webster un brin pas assez. Le fil d'Ariane qui nous relie par la taille se tend et l'inévitable se produit: la journaliste Britannique de 39 ans, envoyée spéciale en Suède du magazine *220 Triathlon*, s'étale dans la boue. Un instant, elle me déteste silencieusement, puis se relève et repart. Nous nous connaissons depuis quelques heures seulement et nous participons à la première édition de «Final

15», la version raccourcie de la mythique *Ötillö swimrun*. Elle fait 18 kilomètres (et non pas quinze, comme son nom l'indique), soit un peu plus que Morat-Fribourg. Mais avec près de 3 km traversent les eaux houleuses de la Baltique, à 13 degrés! Question effort, pourtant, la course passe bien. D'île en île, neuf secteurs de course à pied alternent avec huit traversés à la nage. Bien que débutants en matière de *swimrun* – mais tout de même nageurs et coureurs pratiquants –, nous nous surprenons à les enchaîner facilement malgré la bruine, le vent, les vagues, les méduses et les courants.

Les séjours réguliers dans l'eau froide régénèrent l'organisme. On traverse de magnifiques forêts vallonnées sur de petits sentiers qui n'en sont pas toujours, crapahutant sur des rochers côtiers tantôt glissants tantôt abrasifs. Tout cela a un réjouissant goût d'aventure.

Les petits coups de mou d'Helen sont vite comblés par les encouragements des mamies et des enfants qui bordent les (rares) portions asphaltées du parcours. Résultat: nous franchissons la ligne, hilares, après 3 heures d'effort. Soit 53 minutes après les vainqueurs. ■

CeD



César Deffeyes et Helen Webster.