

Journal d'un papi sous le soleil

Jour 2-3, ou comment suer la dinde en trois étapes «faciles»

Rebonjour à tous les lecteurs. D'entrée de jeu, j'aimerais clarifier un point. J'écris à partir d'un appareil mobile, sans aucun traitement de texte et avec un vicieux *auto-correct*. Les erreurs d'orthographe sont donc bien malgré moi. Ceci étant dit, je fais de mon mieux, laissant sans doute au passage quelques coquilles. Je m'en excuse, et j'espère que le contenu saura vous faire passer outre ce minime contretemps.

Bon. Entrons maintenant dans ce qui nous intéresse. Hier matin, le 28, nous nous levons avant le soleil pour aller manger. Non pas parce qu'il est tôt (à peine 6h45), mais parce que le soleil de la république est aussi paresseux que ses habitants. Le déjeuner, comme nous nous y attendions, est impeccable. Jus frais pressé, gaufres fraîches pressées, chef pas trop pressé. Nous nous dirigeons ensuite tous en groupe (sécurité oblige) vers la piscine. À peine cinq minutes de marche et nous y sommes. Au menu, dans l'eau, 5KM « remise à l'eau ». Comme des ouananiches prisent en trop, nous nageons de peine et de misère à travers ces minces kilomètres.

Retour à l'hôtel, diner, sieste, collation, retour à la piscine, 5 autre kilomètres (même principe, plus de jambes, moins de repos), retour à l'hôtel, souper et dodo. Je ne passerai pas en revue tout ces points à chaque fois, le journal deviendrait alors barbant pour tout le monde, moi inclusivement. Le sommeil vient beaucoup facilement après une journée de la sorte, on s'en doute. Tranquillement, nous perdons le poids gagné dans les gâteaux de maman.

Deuxième journée d'entraînement. Selon le caporal chef Jouan, vétérans longuement retraités, nouvellement recrutés dans le club universitaire, le truc pour traverser de longues périodes d'effort est de penser étapes par étapes. C'est ce que je tâcherai de faire. Première pratique de sprint. On découvre des plots de départs médiocres, mais une vitesse insoupçonnée pour le moment dans le camp (je ne parle pas qu'en mon nom, c'est valable pour tout le journal). Après le diner, il s'agit de notre première musculation, assez massive, qui remplace notre deuxième entraînement dans la piscine.

Pendant que j'écris ces lignes, nous sommes rassemblés sur le bord de la piscine, sous le soleil, entre amis. La vie est dure.

Vôtre,

PH