



## Ultra trail, la course poursuite infernale



Le Grand Bivouac

Le temps d'un Grand Bivouac dossier

Oman, Afrique, Etats Unis, ultra trail du Mont-Blanc... Les dessous de ce sport extrême.

Depuis quelques années, l'ultra trail, ce sport extrême, a supplanté en prestige toutes les autres formes de courses. Ses adeptes courent par étapes, sur plusieurs jours dans des terrains difficiles, dans le sable du désert ou sur les pentes escarpées des montagnes. Insensibles au froid, à la chaleur, à la fatigue... On les voit continuer malgré les douleurs et les hallucinations. Mais qu'est-ce qui fait donc courir ces hommes et femmes à part ? C'est l'une des questions centrales qui parcourt les *Ultraterrestres* un livre enquête signé Adharanand Finn. Pour y répondre, son auteur, journaliste au *Guardian*, ne s'est pas contenté des méthodes traditionnelles : il s'est lui-même mis à l'ultra, jusqu'à participer à l'une des courses la plus réputée et la plus difficile, l'ultra trail du Mont-Blanc (UTMB).

Finn a voyagé pendant deux ans à travers le monde. Il s'est rendu à Oman, en Afrique, aux Etats Unis et dans bien des pays européens. Il a rencontré les stars de la discipline et des professionnels. Aux travers des interviews et des rencontres, il aborde les différents aspects de ce sport : son rapport à l'argent et au dopage, la place des femmes, le rôle des réseaux sociaux, ses effets sur la santé... Il interroge également l'étonnante absence des participants kenyans et éthiopiens pourtant leaders en matière de courses d'endurance.

On apprend beaucoup au fil de ces pages car les enjeux dépassent le cadre du sport, ils sont aussi sociétaux et politiques. Ainsi par le passé, les Comrades, une prestigieuse course sud-africaine, ont su démontrer que tous les Sud-Africains pouvaient vivre ensemble quelle que soit la couleur de leur peau. La pratique de l'ultra questionne aussi les sciences : ce sport extrême permet de mieux comprendre comment fonctionne notre cerveau. Le récit où l'auteur se met en scène alterne moments d'euphorie, de découragement et résurrection in extremis... ! Au fil des pages, on voit l'expérience transformer l'auteur. Finn prend conscience que ce sont aussi les liens familiaux et amicaux qui vous portent dans l'épreuve : l'ultra n'est pas qu'une affaire d'ego !

**Les Ultraterrestres** , d' **Adharanand Finn** , éditions **Paulsen**, 2021, 328 pp., 25 euros

Au Grand Bivouac d'Albertville. Dessin d'enfant réalisé lors d'un atelier avec Simon.  
(Photo DR)





URL :<http://www.liberation.fr/>

PAYS :France

TYPE :Web Grand Public

► 26 mai 2021 - 15:48

[> Version en ligne](#)

Les pages blanches du Grand Bivouac

En attendant le rendez-vous d'octobre 2021 à Albertville pour la vingtième édition du festival du Grand Bivouac , Libération, la Librairie des Bauges, les Médiathèques de la Communauté d'Agglomération Arlysère et le GB vont chroniquer une sélection d'ouvrages récents (romans, essais, biographies ou témoignages...) sur le thème de l'aventure, du voyage et de la rencontre.

