

Certains pensent y trouver sept mille vierges, d'autres la rédemption. Certains même croient s'y réincarner ou pouvoir y trouver la vie éternelle. Il y a en même qui pensent que le Paradis n'existe pas. Pour nous, vététistes, il existe bien, il se trouve sur notre bonne vieille terre. Nous y sommes allés, nous en sommes revenus ... et nous y retournerons. Le Paradis se trouve en Ecosse et il porte un nom : les 7Stanes. « Stane » est un ancien mot écossais qui signifie « pierre » (Stone).

Flashback.

En mai 2010, je reçois un appel téléphonique de Christophe, un ami avec qui il m'arrive de partager l'un ou l'autre singletrack. 2011 sera l'année de ses quarante ans ainsi que de ceux de Patrick, un autre ami commun. Accessoirement, c'est également celle de mon passage dans le club des quinquas. Christophe me propose de « marquer » le coup en organisant une semaine « adrénaline et testostérone » (qui sont les sœurs bien connues de « bière et whisky »).

Nous pensions à une traversée « coast to coast » de l'Ecosse mais les horaires et, peut être, la longueur des étapes ainsi que les dénivelés nous ont fait regarder dans une autre direction. C'est comme cela que nous sommes arrivés aux 7Stanes (<http://www.7stanesmountainbiking.com>).

Glentroll, Kirroughtree, Dalbeattie, Mabie, Ae, Glentress & Innerleithen et Newcastleton sont les épitres sud-écossaises, dédiées au dieu Mountain Bike, d'un même Testament, celui des 7Stanes.

Dans chaque centre, une espèce d'Ange Gabriel du Vtt a tracé, au cœur des collines écossaises, les plus fantastiques singletracks qu'il m'ait été donné de connaître.

Chaque centre dispose de ses propres difficultés et spécificités mais ils ont en commun de proposer des pistes dessinées par et pour des vététistes. Les parcours, dont la difficulté va croissante (du vert au noir avec certains endroits : « Extreme Downhill »), sont extrêmement bien fléchés et documentés. A chaque départ, vous trouvez un parking qui est souvent payant mais dont le bénéfice sert à l'entretien et au développement de l'endroit ainsi qu'à la préservation du site naturel. Des cartes sont généralement mises gratuitement à votre disposition. Nous avons souvent trouvé des boîtes vides, aussi est-il préférable de les télécharger directement du site internet avant votre départ.

Vous trouverez également des toilettes, un café-restaurant, un bike shop (dont certains à faire pâlir d'envie), un bike-wash et même la possibilité de louer des vélos sur place. Trois centres proposent également des douches.

Organisation

L'organisation s'est mise en place et nous avons été rejoints par les apôtres Marc, Laurent et Hugue, des quadras également. Nos agendas respectifs ne nous permettaient pas de visiter tous les centres aussi, des choix ont du être faits. Nous avons choisi le mois le moins pluvieux (et pas le plus ensoleillé : nuance) de l'année : juin.

Nous n'avions jamais roulé tous ensemble aussi avons-nous planifié la rando de Havelange, en mai 2011, pour nous permettre de jauger nos niveaux et nos matériels respectifs. Nous sommes tous des randonneurs « du dimanche » d'un bon niveau physique mais certainement pas des « fous » de grands raids ou de challenges longues distances. Nous nous situons dans la bonne moyenne horaire avec troisième mi-temps et plus « si affinités ». Je pense que cela vous donne une bonne image de notre condition et de notre motivation.

Dès la genèse de l'aventure, l'option de location de vélos sur place a été écartée. Nous roulerons avec nos propres vélos, c'était un point non négociable.

Nous disposons de deux full-suspendus (un Nerve et un Zesty), deux hard-tails avec freins à disques et deux avec v-brakes. Dans les descentes, les « fulls » se révéleront parfaitement adaptés au terrain écossais. Les v-brakes ne sont, à mon avis, pas en odeur de sainteté en cas de pluie. Nos freins ont été soumis à rude épreuve, pensez-donc à les remplacer avant le départ. Comme nous n'avions pas vraiment d'idée sur la nature du terrain que nous allions rencontrer, nous sommes partis chaussés de pneus typés « Belgique ». Nous avons rencontré nettement moins de boue que chez nous mais, par contre, les cailloux sont beaucoup plus « coupants » que ceux que nous connaissons : mes nouveaux « Rocket Ron » ne s'en sont d'ailleurs pas remis. Prévoyez donc un pneu et au moins deux chambres de réserve.

Le matériel à emporter a été partagé : chambres, huile, pneus, outillage, ... en tenant compte de nos montures respectives. D'un autre côté, les nombreux bike-shops de la région sont très bien achalandés mais c'est toujours dommage de perdre du temps à magasiner alors que les pistes nous tendent les bras.

Nous nous sommes déplacés avec deux véhicules de manière à pouvoir emporter quatre vélos en interne et deux en externe. Les bagages ont été répartis dans les deux voitures.

Nous n'avions pas vraiment d'idée préconçue sur les vêtements à emporter alors nous avons tout pris, cuissard long compris (ce dernier n'a quand même pas quitté la valise de la semaine). Une veste de pluie est certainement la première chose à placer dans la valise. Les chaussettes insubmersibles n'ont pas vraiment été utiles pas plus que la veste d'hiver. Un bon coupe-vent se révélera très utile.

L'Ecosse est, bizarrement, une terre de moustiques et de taons. Et ces sales bestioles ne nous laisseront aucun répit. Les hôtels fournissent des serviettes mais nous avons été bien avisés d'en emporter une dans nos valises.

Planification détaillée.

Sur la route de l'Ecosse, dans le nord-ouest de l'Angleterre, se trouve le Lake District qui est probablement la plus belle région d'Angleterre et, devinez quoi, c'est également une terre sainte pour les Vététistes et randonneurs.

Notre planning s'est donc dessiné comme suit :

- retraite (deux jours) dans le Lake District
- pèlerinage (deux jours) à Mabie
- chemin de Croix (deux jours) à Glentress & Innerleithen

Les deux centres dans les 7Stanes ont principalement été choisis car ils disposent d'une infrastructure hôtelière directement accessible au pied des pistes. Cela nous permettait de limiter l'utilisation des véhicules.

Quasiment tous les hôtels et bed & breakfast disposent d'une pièce de séchage (on ne se demande plus pourquoi) et d'un local fermé pour stocker les vélos. Beaucoup disposent également d'une connexion wi-fi (ok, je sais, ce sont les vacances, mais cela peut toujours servir).

Le Lake District est très couru par les britanniques qui adorent communier avec la nature, aussi les réservations ont été prises très tôt, dès le mois de février. Idem pour le train sous la Manche.

Jour J - 1 : sur la route toute la sainte journée

Les deux vélos voyageant en extérieur ont été accrochés à l'arrière d'une des voitures. Comme les routes sont vraiment (très) étroites en Ecosse, je vous conseille donc d'éviter de laisser dépasser une roue. Dans le train, nous avons même vu une voiture qui voyageait avec deux vélos fixés verticalement sur le toit.

Départ de Namur à 6H00, direction Calais, le tunnel, Folkestone et Ambleside. Si la conduite à gauche vous effraie, sachez que cela ne demande qu'un court temps d'adaptation et un peu plus de concentration dans les ronds points (qui se prennent « à l'envers ») et lors des changements de direction. Les britanniques roulent assez « cool » et font preuve de politesse au volant. Nous avons roulé à notre aise en s'arrêtant ce qu'il fallait pour arriver à Ambleside (Lake District) vers les 16H00. N'oubliez pas que l'Angleterre a une heure de moins que la Belgique.

Ambleside se situe le long d'un lac, dans une vallée encaissée. Les collines surplombant le village nous donnent déjà une très bonne idée de ce que nous aurons à grimper le lendemain.

Nous avons réservé un Bed & Breakfast tout à fait charmant en plein centre ville. Une petite maison avec un petit escalier, des petites chambres et des petits lits. Laura Ashley y était passée mais nous n'avons pas trouvé de trace de Blanche-Neige.

Comme dans la plupart des établissements hôteliers, les prévisions météo y sont affichées ... et vous serez bien avisé de vous y recueillir.

Je vous conseille de faire l'acquisition d'un guide sur les tracés Vtt de la région. Cette bible vous permettra de mieux planifier vos randonnées selon votre niveau, votre envie ... et la météo sur laquelle nous avons calqué notre planning.

Jour J : Ambleside, première sortie : 35 Km, 1045 D+

Les prévisions météo ne sont pas très mauvaises. Nous optons pour un tracé dans les collines, en dehors des bois. Après quelques kilomètres sur route, la montée nous mène vers les campagnes avoisinantes.

En nage, nous arrivons à un sommet où un paysage magnifique s'offre à nous. Les collines sont zébrées de kilomètres de murs en pierres grises, fabriqués manuellement à l'aide de pierres entassées sans aucun mortier. Ils semblent être en place depuis des centaines d'années. Et, entre ces murs, un géant a déposé une moquette verte constellée de taches blanches ... des moutons, des milliers de moutons. Ce fut d'ailleurs le dénominateur commun de chaque journée de ce voyage : l'omniprésence des moutons.

Nous continuons ensuite à monter et descendre dans plusieurs vallées avec toujours cet environnement fantastique, très peu d'arbres et beaucoup de prairies. Les chemins publics

passent dans les terres agricoles. Nous ne comptons plus les barrières que nous devons ouvrir et refermer à chaque passage. Les chemins sont minés ... de déjections ovines. Après avoir, vainement, essayé de les éviter pendant quelques kilomètres, nous ne nous tracassons plus et passons au travers. Je ne vous raconte pas la couleur des vélos au retour.

A Kentmere, nous arrivons au pied d'une passe au sommet de laquelle nous mène un long sentier caillassé très escarpé. Il est virtuellement impossible de le monter sur le vélo. Nous entamons la montée, à pied en poussant péniblement le vélo au milieu des ces gros cailloux ronds. A mi-pente, nous croisons une équipe de gai-lurons anglais en pleine traversée « coast to coast » d'ouest en est. Ils sont suivis par une équipe de télévision et accompagnés d'une camionnette pour le transfert des bagages. Même eux n'arrivent pas à descendre ce chemin sur leur vélo. Nous en profitons pour faire la causette et échanger nos avis sur tout ce qui nous passe par la tête, des vélos jusqu'au Tour de France qui débute la semaine suivante. Après ce court répit, nous poursuivons l'escalade jusqu'au dessus de la passe où le paysage est béni des dieux. Cette passe aura été une des rares montées où nous avons du pousser le vélo. En trois kilomètres, nous aurons pris presque 300 mètres d'altitude.

Nous profitons du paysage en nous vautrant dans la bruyère sous les yeux bienveillants des brebis.

Avant la descente vers Troutbeck, nous enfilons nos coupe-vents. La dégringolade est rapide. Des graviers nous forcent à ralentir le rythme. La concentration ne nous permet pas de profiter pleinement de la vue mais nous continuons « au taquet ». A certain endroits, des rochers nous obligent à mettre pieds à terre. Arrivés en bas, la soif s'est très vite fait sentir et c'est dans un pub local que nous avons dégusté une pinte de bière avant de remettre le cap sur Ambleside par des chemins un peu plus « civilisés ».

Le temps de nettoyer les vélos, d'inspecter le matériel pour le lendemain, et de prendre une bonne douche bien méritée, nous partons à la recherche d'un endroit pour souper.

Les mirettes pleines d'étoiles, nous nous endormons du sommeil du juste.

Jour J+1 : Ambleside, Grizedale forest : 25 Km, 800 D+

La pluie étant annoncée (« heavy rain »), nous optons pour un centre de mountain bike, dans la forêt de Grizedale, à une vingtaine de kilomètres au sud d'Ambleside. Nous arrivons dans un parking très bien équipé et nous nous acquittons au passage d'un droit de stationnement de 5 livres pour 4 heures.

A Grizedale, le paysage est entièrement différent. C'est la pleine forêt. Et cela commence très fort par une côte à s'arracher les tripes. Les tracés sont balisés mais il est nécessaire de s'accompagner d'une carte pour s'y retrouver. Malgré la météo, nous croisons de nombreux vététistes et promeneurs accompagnés de leur chien.

D'après les spécialistes, cette forêt reprend un des plus beaux singletracks d'Angleterre. Et nous sommes tout à fait enclins à les croire.

Les descentes sont raides, dans des chemins très rocailloux, limite dangereuses, surtout avec le ciel qui nous tombe sur la tête. La poussée d'adrénaline est maximale mais le retour au parking se fait avec six visages fendus jusqu'aux deux oreilles.

Faute de douches, nous nous sommes plus ou moins débarbouillés dans des éviers. Le centre dispose d'un restaurant qui est loin de ressembler à une cantine universitaire, d'une boutique de souvenirs, et d'un grand bike-shop.

De là, nous sommes partis vers notre prochaine étape – Mabie – à 1h30 de route de là. La frontière écossaise franchie, nous entrons en plein dans les 7Stanes. L'hôtel, qui se situe dans un immense parc, est un beau grand bâtiment typiquement britannique. A notre arrivée, surprise, un mariage écossais avec kilts et guimauves. La totale. Nos chambres sont très grandes et l'hôtel dispose d'un bon restaurant et ... d'un bar.

Jour J+2 : Mabie, la relâche : 23 Km, 530 D+

Dans chaque 7Stanes, les tracés sont répertoriés par des couleurs (comme les pistes de ski). Nous avons décidé de faire une journée un peu plus cool et nous avons choisi la piste « purple » : chemins larges, pas trop de difficultés.

Au milieu du parcours, nous décidons d'emprunter un bout de la piste orange « The dark side » qui est une piste sur pilotis dont la largeur va de 10 à 50 cm., tout cela à un mètre au dessus des rochers et de la bruyère. Inutile de vous dire que nous ne sommes pas restés très longtemps sur nos vélos.

A l'arrivée, nous décidons de ne pas laver les vélos pour avoir le temps de visiter la distillerie de Bladnoch située à une heure de route. La plupart des distilleries écossaises se trouvent dans le nord et la seule située au sud a été rachetée par un ... irlandais et remise en service il y a quelques années. C'est une charmante guide bien typée écossaise qui nous fait visiter les installations et, bien entendu, déguster le précieux nectar. Pour éviter les contrôles douaniers du retour, nous avons pensé remplir nos Camelback de whisky mais nous avons finalement laissé tomber cette idée.

Jour J+3 : Mabie, « Phoenix » Red Trail : 19 Km, 516 D+

Les choses sérieuses commencent par une très longue montée en lacets dans les bois. Juste de quoi laisser passer un mouton. En à peine 5 Km, nous montons 220 m. En haut, une vision à 180° de la région. Une fois rassasiés, nous entamons la descente. Et quelle descente ! Les deux fulls partent en tête. Les lacets s'enchaînent les uns derrière les autres. Nous descendons vite, très vite. Les cailloux nous arrivent dessus droit devant, nous sautons, nous évitons, nous freinons (parfois), une ré-accélération et on repart, nous traversons des ruisseaux sans nous préoccuper d'être mouillés, les racines sont survolées et nous, survoltés. Cette descente ininterrompue de deux kilomètres nous fait perdre plus de 200 mètres. Nous sommes exténués mais ravis. C'est ce genre de trace qui nous fait prendre conscience que nous avons bien eu raison de nous entraîner avant de partir.

Nous continuons le circuit tout en croisant quelques tronçons de Black Trail. Sans les protections et le matériel adéquat, impossible d'emprunter les pistes noires. Nous remontons d'une centaine de mètres suivis d'une petite descente. Et c'est le moment que Marc choisit

pour chuter. La chute idiote, comme souvent, probablement en glissant de l'avant sur une racine. Heureusement, elle est sans gravité. C'est son casque et ses lunettes qui ont pris le choc. Il se retrouve avec deux yeux pochés et le nez en sang. Il décide de prendre au court et de retourner à l'hôtel.

Nous continuons le parcours avec une nouvelle montée qui nous fait arriver vers les 200 m. Le final est à nouveau une descente continue à travers bois vers notre point de départ.

A Mabie, le Kamasutra se décline en Roller Coaster, Burn splash, The Elevator, Butterhole Climb sans parler du Bad Step. Je laisse votre imagination travailler. A Mabie, 80% de la Red Trail sont des singletracks.

Un passage par le bike wash (50 pences pour 3 minutes de nettoyeur à pression) pour tous les vélos qui sont ensuite chargés dans les voitures.

Jour J+4 : Glentress, Red Trail : 22 Km, 596 D+

Sous un grand soleil, nous partons vers Glentress via des routes très sinueuses et étroites. Là encore, les paysages sont sublimes. Les agneaux se baladent sur la route et nous regardent passer d'un air innocent. S'ils savaient ...

Avant d'arriver à Glentress, nous passons devant Innerleithen qui sera notre étape du lendemain.

Arrivés à l'hôtel, nous débarquons les bagages et préparons les vélos. A peine une demi heure plus tard, nous sommes au pied des pistes (à 200 mètres de l'hôtel). Un petit repas est avalé rapidement au Buzzard's Nest (la cantine locale). Le soleil est de la partie, nous partons, à nouveau vers la piste rouge.

Au pied de la piste, nous rencontrons un biker local : Carl. Il nous raconte que, militaire, il a vécu en France. Il l'a quittée en 1966 lorsque la France a éjecté l'Otan. Pas le temps de faire de calcul, il nous annonce son âge : 72 ans. Carl est équipé d'un étrange vélo allemand de marque Nicolay avec un seul plateau à l'avant. La boîte de 14 vitesses est entièrement intégrée dans le pignon arrière. Il est assis sur une selle Brooks. Ce n'est vraiment pas un équipement auquel nous sommes habitués. Carl est membre de la Tweed Valley Bike Patrol, dont les membres sont entraînés à porter les premiers soins aux bikers en détresse et à assurer la sécurité sur les pistes.

Le profil de la « Red Trail » ressemble à un V inversé. On part de 150 mètres jusque 570 et on redescend. Tout cela en une vingtaine de kilomètres. Vu du dessus, la piste ressemble plutôt à un plat de spaghettis. Inutile de vous dire que nous avons craché nos dents pour arriver au sommet, toujours accompagnés de Carl. A mi hauteur, celui-ci nous montre une nouvelle trace qui vient d'être inaugurée. Elle ressemble à une piste de bobsleigh avec bords relevés, peu d'obstacles mais très rapide. Nous perdons une centaine de mètres et nous remontons vers le sommet, toujours avec Carl dans la roue. Je suis presque certain qu'il aurait pu nous déposer là et partir seul.

Au sommet, une classe accompagnée du professeur s'apprête à se lancer. Pour ces jeunes écossais, le cours de sport est tout simplement du Vtt dans un 7Stanes.

Le départ de la descente se fait de manière très espacée. Nous dévalons les côtes à toute allure. Il y a beaucoup de racines et de gros cailloux mais l'ensemble a été bien séché par le soleil, toujours présent. A mi-descente, nous reprenons une centaine de mètres pour dévaler un nouveau singletrack à travers bois. A nouveau une petite montée et une dernière cascade vers notre point de départ.

Nous en profitons pour inviter notre nouvel ami à souper. Carl roule chaque jour mais il évite le vtt en altitude lorsqu'il est seul. On le comprend aisément car, en cas de problème, il pourrait se passer des jours avant qu'on ne le retrouve.

Jour J+5 : Innerleithen, 37 Km, 696 D+

Pour notre dernier jour, Carl nous accompagne à Innerleithen qui se trouve à une dizaine de km de Glentress. Pour éviter la route, il nous guide dans des petits chemins en longeant la rivière Tweed, vers le début des pistes. Innerleithen ne possède qu'une seule piste : une rouge mais avec quelques contournement classés noirs. Un tracé de downhill est également présent. La région prévoit, en 2012, l'installation de remonte pentes. Actuellement, cela se fait avec un bus et un camion remorque.

Le profil de la piste ressemble à un chapeau de sorcière : on monte, on descend. Avec juste un petit crochet à mi-montée et mi-descente. Innerleithen, ce n'est pas de la petite bière (si je peux le dire comme cela) : nous allons prendre 450 mètres d'altitude en à peine 7 kilomètres. Et cela, toujours sur un singletrack. Chaque lacet fait penser qu'il est le dernier de la série mais il y en a toujours un nouveau qui s'annonce. La montée est interminable. Elle nous oblige à réellement puiser dans nos réserves. Le dernier kilomètre se fait sur le mont chauve, le Minch moor : plus un seul arbre, le sol est une espèce de tapis plein de bruyères et de bleuets sauvages sur lequel un géomètre fou a tracé une ligne que nous sommes priés de suivre. En fait, c'est nous qui sommes en train de prier pour arriver au dessus. Le sommet n'apparaît que dans la dernière centaine de mètres.

En haut, tout en haut, nous arrivons en pleine réunion mondaine d'un groupe de marcheurs avec qui nous échangeons quelques mots sur la chance qu'ils ont de vivre dans un tel environnement. Nos vestes coupe-vent sont rapidement enfilées. Carl arrive également, à son aise, pas essoufflé pour un penny.

La vue à 360° est époustouflante. Nos jambes ne nous font plus mal, notre cœur a enfin décidé de rester dans notre poitrine et notre souffle de garder nos poumons en place. Le bonheur est total. C'est cela que nous sommes venus chercher. Au loin, les nuages de pluie s'annoncent et, c'est à contrecœur, que nous décidons de redescendre.

La descente est rapide, brutale, fatigante. Les bosses se succèdent, la piste demande toute notre attention. Extrêmement technique, elle réclame son dû, nous devons la mériter. Nous nous suivons d'un peu trop près et, afin d'éviter l'accident, nous décidons de nous espacer. Puis nous repartons par une piste qui était en catégorie noire mais rétrogradée en rouge car plus personne ne voulait l'emprunter. Nous enchaînons les montagnes russes, les sauts et les doubles bosses qui nous obligent à ralentir quelque peu le rythme.

Le danger de la dernière descente de la dernière piste du dernier jour nous guette mais nous arrivons finalement entiers sur le parking. Nous sommes en nage mais tellement heureux.

Pour fêter cela, Carl nous propose une bonne crème glacée au village d'Innerleithen. Nous y rencontrons deux policiers avec qui nous parlons de notre journée. Laurent laisse un mot dans le livre d'or du glacier qui fête son centenaire.

Nous rentrons à Glentress par la route, en silence, la tête pleine des magnifiques images collectées durant ces 6 jours.

En dehors de l'aspect cycliste, la gentillesse et la sympathie des personnes rencontrées auront été marquantes. Sur les 160 kilomètres de « trail », nous n'avons pas trouvé un seul papier abandonné ni une seule canette vide. Les britanniques sont des personnes extrêmement respectueuses des autres et de l'environnement. Beaucoup de bikers belges devraient prendre exemple sur eux.

Le lendemain, la messe est dite et, bon gré, mal gré, nous quittons le Paradis pour redescendre sur terre.

Avant votre pèlerinage dans cette Mecque du vtt, vous n'oublierez pas votre catéchisme :
« *Entraîné, tu seras. Ton bike, tu entretiendras. Tes forces, tu économiseras. Et là, peut-être, l'orgasme vélocipédique tu atteindras.* ».

Amen !