

Miramas: la folle aventure de Dominique Pain

En 86h, le Miramasséen Dominique Pain a bouclé "sa folle aventure" entre Paris-Brest-Paris.

Cyclotouriste du Cyclo club de Miramas, Dominique Pain est un habitué des défis et des performances. En 2021, il avait déjà bouclé un tour de la France en 31 jours, un périple de 5300 km et un total de 54 000 m de dénivelés positifs. Cette année, il s'est attaqué à un autre monument du cyclotourisme, l'épreuve "Paris-Brest-Paris", la plus célèbre des randonnées cyclistes du monde.

Organisée tous les quatre ans depuis 1971, cette randonnée cycliste a été créée en 1891 sur un rythme décennal jusqu'en 1931, puis deux autres en 1948 et 1951. La 20^e édition s'est déroulée en 2023, avec 6810 participants dont 500 femmes, venus des cinq continents.

Pour participer, Dominique Pain a d'abord passé les brevets de randonneurs mondiaux de 200, 300, 400 et 600 km, obligatoires pour la participation au Paris-Brest-Paris. Puis il s'est entraîné pendant 3 semaines sur les routes du Tarn "j'ai fait 1140 kms et des dénivelés jusqu'à 17% pour tester mon endurance et ma résistance. Ensuite j'ai fait une coupure de 10 jours avant de partir pour PBP".

Départ le 20 août, arrivée le 24 août...

Le départ a été donné de Rambouillet, par vagues successives de 300 coureurs et dans l'ordre alphabétique.

Dominique s'est élancé après 4500 participants à 19h30 le 20 août, il est arrivé à 10h09 le 24 août "dans la nuit, devant moi, c'était un long et impressionnant serpent de lumière rouge. C'était une folle aventure que j'ai réalisée en 86 heures dont environ 15h sans rouler,



Dominique fait partie des 5100 finisseurs arrivés avant la fin du délai fixé à 90 heures. /PHOTO C.L.

1219 km et 12000 m de dénivelés positifs. J'ai côtoyé mes limites en supportant la souffrance. Je dois remercier les organisateurs, très présents tout au long du parcours, et aux points de contrôle pour se reposer, se doucher, manger, avoir des soins... comme les milliers de spectateurs qui nous soutiennent, nous offrent à manger, même la nuit."

Dominique a fait des mini sommeil de 15 à 20 minutes, "il faut vraiment savoir s'arrêter avant de tomber", il a vu plusieurs chutes. C'est une belle expérience. Au final, Dominique fait partie des 5100 finisseurs arrivés avant la fin du délai fixé à 90 heures. Le cyclotouriste miramasséen fourmille de projets. L'an prochain, il compte s'attaquer au Bordeaux Paris, 600 km et en 2025, Londres Edimbourg Londres avec 1500 km.

En attendant il retrouve sa famille et ses copains du club, admiratifs et qui suivent régulièrement ses performances.