

Un trek au Maroc pour sceller leur amitié

MARCHE Sarah Perruchoud-Cordonier et Joëlle Robyr, deux amies de Montana-Village, participent dès aujourd’hui au Trek des Gazelles.

PAR **CHRISTOPHE SPAHR** / PHOTO **SACHA BITTEL**



Sarah Perruchoud-Cordonier et Joëlle Robyr étaient en mode «désert» bien avant leur départ pour le Maroc.

Le désert pour sceller une amitié de (presque) quarante-cinq ans. Sarah Perruchoud-Cordonier, 48 ans et Joëlle Robyr, 49 ans, se connaissent depuis leur premier jour d’école enfantine, à Montana-Village. Elles ont fait les 400 coups; elles sont parties en vacances. Régulièrement, elles se voient pour avaler l’une ou l’autre étape du parcours national entre Rohrbach et Genève qui en compte 29. Il leur manquait quelque

chose de plus extravagant qui sorte vraiment de l’ordinaire.

Sept à huit heures de marche par jour

C’est ainsi que ces deux amies pour la vie se sont envolées pour Marrakech, samedi. Et qu’à partir d’aujourd’hui, au départ de Ouarzazate, au Maroc, elles prendront part au Trek des Gazelles. Durant trois jours, un petit sac à dos sur l’épaule, elles couvriront 75 kilomètres dans le sable du

désert marocain à raison de 7 ou 8 heures par étapes. «C’est tout le contraire d’une course», préviennent-elles. «Il s’agit d’une marche. Il n’y a ni chrono, ni esprit de compétition. Nous partirons toutes en même temps et les plus rapides devront s’adapter au rythme des plus lentes puisque l’idée est d’atteindre le bivouac en même temps.»

Sarah Perruchoud-Cordonier et Joëlle Robyr figurent parmi les cent femmes, pas une de plus,

admisses au départ. Autant de privilégiées qui vivront une aventure humaine originale, loin du confort européen et de toute connexion avec le monde extérieur. «Il n’y aura aucun réseau, donc pas de portable», se réjouissent-elles. «C’est tout ce que l’on recherche. Nous n’aurons avec nous, durant la journée, qu’un petit pique-nique, de l’eau et des lunettes pour se protéger d’une potentielle tempête de sable. Nous voyagerons léger. Ça va nous changer...

Un trek au bénéfice d’une association

Sarah Perruchoud-Cordonier et Joëlle Robyr profitent de ce Trek des Gazelles pour offrir un coup de projecteur à l’association Music4all, laquelle permet à des enfants, quels que soient leur handicap, physique ou intellectuel, leur maladie ou leur addiction, d’apprendre un instrument. «L’apprentissage coûte cher parce que certaines thérapies ne sont pas prises en charge», explique Sarah Perruchoud-Cordonier, fondatrice et présidente de l’association. «Nous participons financièrement aux cours, aidons à l’achat d’instruments de musique adaptés à chacun et contribuons aux frais de formation de professeurs. Il nous arrive aussi de nous déplacer dans diverses institutions, Notre-Dame-de-Lourdes à Sierre, par exemple, pour leur apprendre à jouer d’un instrument.»

Tous les dons seront intégralement reversés à cette association dont le siège est à Montana-Village mais qui enseigne dans tout le Valais romand et même en Suisse romande.

Pour soutenir l’association Music4all: www.music4all.ch

L’organisation française assure la logistique selon des règles bien précises. Les participantes n’avaient le droit qu’à 15 kilos d’effets personnels – sac de couchage, affaires de rechange, subsistance, etc. – qu’elles confieront chaque matin à un... dromadaire et qu’elles retrouveront chaque soir au bivouac.

Hors de leur zone de confort

De Ouarzazate à Ouarzazate, départ et arrivée du trek, les deux citoyennes de Montana-Village devront endurer des conditions climatiques qui peuvent varier. En journée, les températures peuvent être agréables mais aussi très fraîches. La nuit, par contre, le thermomètre peut descendre en dessous de zéro degré. Le «road book» préconise d’ailleurs de prendre des gants et un bonnet», sourient-elles. Si le sol est essentiellement constitué de sable, d’un peu de rocaillies aussi, le terrain ne sera pas tout plat. Le dénivelé avoisine les 700 mètres. «Physiquement, ce ne sera pas un souci. Nous avons l’habitude de marcher lors de randonnées sur des sentiers plus difficiles, en Suisse. Le sable, c’est original. C’est aussi ce qui nous a

plu.» Le matin, elles prendront part à des séances de méditation et le soir, elles pratiqueront du yoga. «Au-delà de l’aspect sportif, c’est une aventure humaine et des moments d’échanges. C’est tout l’inverse d’une course. En fait, ça peut s’apparenter à une retraite dans un environnement qui nous est totalement étranger.

“
Ce Trek des Gazelles nous procurera des souvenirs pour la vie.”
SARAH PERRUCHOUD-CORDONIER ET JOËLLE ROBYR
MONTANA-VILLAGE

Depuis près de quarante-cinq ans, nous avons partagé tellement de choses. Mais ce Trek des Gazelles, ça n’appartiendra qu’à nous. Il nous procurera des souvenirs pour la vie. L’une ne se serait jamais inscrite sans l’autre. C’est quelque chose qu’on veut vivre à deux, une étape vers nos 50 ans. Pour le coup, nous sortons de notre zone de confort.»

«J’ai souvent pris les mauvaises décisions»

SKI NORDIQUE Candide Pralong a vécu une rentrée compliquée en Finlande dimanche. Déçu par son 48e rang, il est déjà tourné vers le week-end prochain.

Candide Pralong imaginait certainement un autre scénario. Le fondeur de La Fouly, qui vise une troisième participation aux Jeux olympiques en février prochain, a manqué sa rentrée en Coupe du monde dimanche à Ruka. «Je suis évidemment déçu de cette première course. J’espérais vraiment beaucoup mieux.» Joint juste après sa course en Finlande, le Valaisan n’a pas tourné longtemps autour du pot, avouant sa frustra-

tion après son 48e rang de la mass-start skating (20 km) où il n’a jamais réellement pu exprimer son ski. La faute notamment à un déroulement de course assez chaotique. «Il a fallu jouer des coudes du début à la fin. Je ne me suis pas assez bien placé au départ et j’ai souvent pris les mauvaises décisions.»

Désavantagé par les conditions

Résultat: les coureurs de tête

ont pu avancer tranquillement alors que ceux de l’arrière ont eu droit à un désagréable effet «accordéon». «J’ai subi cet effet accordéon. J’ai dû me battre pour chaque place. Quand je gagnais deux places, j’en reperdais trois juste après. J’étais toujours dans le stress de gagner quelques places.» Ajoutez à cela une piste glacée peu favorable à son style et vous aurez vite compris que Candide Pralong



Candide Pralong forcément déçu après son entrée en matière manquée. KEYSTONE/GIAN EHRENZELLER/A

voulait oublier au plus vite cette journée d’ouverture. «Disons que ce ne sont pas des

conditions qui m’avantagent. Mais c’est le sport, ça arrive.» Malgré cette entrée en matière

difficile, le Bas-Valaisan de 35 ans refuse de se laisser abattre. Il se projette déjà vers le prochain week-end à Trondheim où il est attendu au départ d’un dix kilomètres en départ individuel, un format qu’il apprécie davantage. «Là, il n’y aura plus

“
Je reste positif, de belles courses arrivent.”
CANDIDE PRALONG
FONDEUR

ces circonstances de course où il faut jouer des coudes. Je pense qu’il y aura mieux à faire.» Déçu mais lucide, contrarié mais combatif, Candide Pralong garde confiance. «Je reste positif, de belles courses arrivent.» **GREGORY CASSAZ**