

## « 12 jours en Mongolie - jour 4 »

Samedi 22 Mars 2014 :

Ce matin c'est le coach Battulga (Dupont en Mongol) qui vient me chercher au volant de son ancienne Toyota. Ici les véhicules sont principalement Japonais ou Coréens, il n'y a malheureusement pas de voiture Française. Les véhicules sont livrés avec le volant à droite ou à gauche ce qui ne leur pose à priori pas de problème, pourquoi s'embêter ? Ce matin l'entraînement sera de la course à pied et va avoir lieu dans la montagne environnante. La circulation est fluide et le parcours toujours jalonné d'immeubles en construction.



Les habitants de la capitale les plus aisés préfèrent habiter à la périphérie de la ville afin d'éviter la pollution et se rapprocher de la nature.



D'ailleurs il n'est pas rare de rencontrer des animaux en liberté. Erreur, c'est Naidan notre champion olympique qui nous rejoint en vélo 😊



Arrivés sur place, nous nous garons dans une sorte de village de vacances où les habitants de Oulan Bator ont l'habitude de se retrouver le week-end. En effet énormément de monde se retrouve là pour se reposer de la semaine. En ce qui nous concerne ce sera le départ d'une marche(ou course) en montagne avec 6 kms de montée. Les judokas arrivent peu à peu et c'est parti pour 45 minutes d'affilée.



Bien décidé de monter en courant, je pars confiant mais les choses se compliqueront vite. La montée devient vite infernale. La montagne me rappelle à l'ordre car au bout de 8 minutes, j'ai déjà le cœur dans la bouche. Je passe ensuite à la marche. Dans ces conditions je pense être indestructible et je prends un gros rythme ; ce ne sera plus le cas quelques minutes plus tard. Cela me rappelle les souvenirs d'athlète et me dis que cette vie devait être difficile. Je me dis ensuite que la raison de la difficulté, est que je monte sans réel objectif ; eux(les judokas) en ont un. Il est vrai que même si on souffre physiquement, c'est pour une raison et un objectif personnel et que dans ces conditions, ce n'est pas si dur que cela. Je pense alors à tous ces gens qui se lèvent le matin pour aller travailler sans réelle conviction ou passion, juste pour gagner leur vie. Je me dis que cela doit être horrible et que la souffrance de l'entraînement n'est rien à côté, que j'ai la chance de n'être jamais allé travailler à reculons ; l'enthousiasme a toujours été là. Cela aussi grâce aux athlètes que je retrouve dans les salles d'entraînement, animés par un objectif commun. On en bave mais cela vaut la peine.

Avant ☺



après ☹



La suite me donnera raison. 35 minutes plus tard, et quelques bousculades pour motiver les judokas à la traîne, on aperçoit le sommet; une magnifique clairière naturelle, un lieu mythique où les Mongols viennent se ressourcer ou faire de l'activité physique. Tout cela est loin des sports mécaniques mais c'est cette variété qui fait la richesse de mon métier ; j'adore !



Après quelques minutes de récupération, le naturel revient au grand galop. Quelques gars commencent à se battre sur la neige. Même l'ancien, un bloc de granit de 120kgs, se prend au jeu. C'est tentant et je m'y met aussi.



Celle là, il fallait que je vous la montre, un peu de fierté quand même. Sanjasuren, un des meilleurs athlètes de la catégorie des -66kgs a emmené son chien, un beau berger Allemand croisé Mongol et dont la fourrure épaisse protège du froid. Il a eu fait -55°C dans le pays, ce qui a eu pour conséquence de décimer le bétail ; c'est la raison pour laquelle de nombreux paysans sont venus ensuite installer leurs yourtes autour des villes. Oulan Bator comptait 500.000 habitants en 1995, elle en compte 1.500.000 aujourd'hui soit presque la moitié du pays.



Pendant ce temps l'équipe se réunit et fait des exercices de renforcement musculaire. Les personnes autour s'organisent et font quant à eux déjà la même chose; c'est une tradition en Mongolie. Nous n'avons rien inventé lorsque nous parlons du sport santé et de ses bienfaits en France. Peut-être avons-nous tout simplement du retard.



Le retour est plus ludique avec quelques chutes sympathiques. Les filles, quant à elles, s'amuse en descendant sur une bouteille en plastique aplatie, et ça marche !



A l'arrivée, nous apercevons un échantillon des nombreux camélidés qui peuplent notamment le désert de Gobi.  
L'après-midi de repos sera la bienvenue afin d'avancer sur les projets qui m'attendent les semaines suivantes.

A demain...