

ultrafondus

LE MAGAZINE QUI VOUS FAIT DÉPASSER LES BORNES



Grand Trail du Nord
L'Enfer au pas de la porte

ÂGE, ENVIES
ET PERFORMANCES

100 km Millau | Échange runnings contre vélo

Madagascar | Courez sur l'Île Rouge

Alptrekking | Aux pieds des 4 000 alpins

24 heures | Un nouveau venu à 260 km

Santé | Les coureurs d'ultra, tous des malades ?

L'ULTRA : UN SPORT DE VIEUX ?

M 04382-74-F: 6,00 €



n° 74 - NOVEMBRE 2010
www.ultrafondus.net

ÉTUDE | LE 100 MILES





Entretien | **Samuel H. Gardner**

Propos recueillis par **Stéphane Marchand**

Photos **Greg Maino**



All-In

le trek US version ultra

Trek

SAMUEL H. GARDNER COMMENCERA LE 1^{er} JANVIER 2011 UN TREK SUR LES QUATRE CHEMINS DE RANDONNÉE (TRAILS) LES PLUS CÉLÈBRES DES ÉTATS-UNIS D'AMÉRIQUE. ALL-IN TREK, C'EST LE NOM QU'IL A DONNÉ À SON INITIATIVE, EST UN PARCOURS DE PLUS DE 20 000 KM QUI VA CHANGER SA VIE.

1 SAMUEL H. GARDNER, 25 ANS, VA TENTER CE QUE BEAUCOUP PENSENT IMPOSSIBLE... MAIS IL PEUT S'APPUYER SUR UNE VIE EN PLEIN AIR ET UN GROS MENTAL POUR ARRIVER AU BOUT DE SON RÊVE.

Ultrafondus : Samuel, une petite présentation s'impose : qui es-tu, d'où viens-tu, où vis-tu ?

Samuel H. Gardner : Je suis né le 15 novembre 1985, je pèse 70 kg pour 1 m 75. J'occupe un emploi de charpentier dans le nord du Michigan, pas loin du lac Supérieur, face au Canada. Je suis un touche-à-tout et du coup, je n'ai jamais eu la possibilité de m'en-nuyer : j'ai randonnée pratiquement toute ma vie, joué au football pendant 12 ans, tiré au pistolet au niveau national, fait du BMX et aussi du VTT de descente au lycée. Dans la péninsule Keweenaw où habitent ma famille et mes amis, je peux randonner, surfer, faire de l'escalade, du vélo... c'est vraiment un endroit qui m'est cher.

Tu es un mordu de trek, donc ?

Oui, cela combine ma passion pour la nature, la vie en plein air et mon besoin de pousser mes limites. Mon père m'a emmené pour une traversée hivernale d'une cinquantaine de kilomètres l'année de mes huit ans, en raquettes. Ces deux jours en pleine forêt restent l'un de mes plus beaux souvenirs d'enfance. Ces randonnées m'ont véritablement façonné.

Pour ce que j'en sais, All-In Trek sera le plus long trek en solo et sans assistance jamais tenté.

Est-ce que tu as de mauvais souvenirs de treks ?

Ça sera le premier gros, donc je te dirais ça au retour.

Pour en savoir un peu plus sur toi, tu peux nous donner quelques précisions, forces et faiblesses, hobbies, idoles ?

Je suis acharné lorsqu'il s'agit de terminer ce que j'ai commencé. Je veux accomplir mes rêves, nés dans mon cœur et qui remplissent mes pensées. Côté négatif, je pourrais être un peu plus patient. J'ai déjà un peu de mal à dormir, à encore trois mois du départ. Et puis j'ai une grande faiblesse : les omelettes, les grillades au barbecue et la tarte aux pommes de ma maman. Je ne la remercierai jamais assez pour ce que j'aurai toujours avec moi pendant l'année à venir : un oreiller spécial, fait d'une taie d'oreiller cousue sur une poche à eau de deux litres. Pratique, léger, confortable... génial. En ce qui concerne les idoles, je citerais Matt Hazley, Justin Lichter et Brian Robinson (des icônes du trail américain, Ndlr). Ces gars-là ont établi des records en termes de trekking et ont posé les fondations de mon projet. Ils ont été vraiment d'un grand soutien lors de ma préparation ; ça représente beaucoup de choses pour moi, au regard de tout le respect que je leur porte.



D'où vient ton projet, All-In Trek ?

All-In Trek est un rêve. Ça n'a jamais été tenté, je suis en mesure de le faire, c'est tout ce dont j'ai besoin. J'ai eu cette idée avec un copain, Matt Abbotts, alors que l'on bossait pour le programme de recherche sur les loups et les élans dans le parc national de l'Isle Royale (en plein lac Supérieur, Ndlr). Nous discutons toujours d'aventure. On s'est dit que la prochaine étape au triple AT+PCT+CDT (lire l'encadré «Quatre trails, 20 000 km») déjà réalisé par Brian, c'était d'ajouter le NCT parce que c'est le plus long

trail des USA, mais aussi parce que c'est l'un des moins fréquentés. Cinq ans plus tard, je pense encore que c'est effectivement la prochaine étape, et j'ai décidé de la valider.

Je le prends comme une tentative de record, mais ce n'est pas une expédition en Arctique, ni un tour du monde non plus. Il y a beaucoup d'aventuriers dans le monde qui font plus fort, plus dur que ce trek. Mais pour ce que j'en sais, All-In Trek sera le plus long trek en solo et sans assistance jamais tenté.

C'est vraiment un challenge personnel et une étape dans ma vie. Je me suis lancé là-dedans parce que je m'en sens capable. Je pense que nous sommes toujours plus résistants que ce que nous imaginons.



QUATRE TRAILS, 20 000 KM

Les États-Unis d'Amérique forment un pays immense, de la taille d'un continent, et forcément les itinéraires de randonnée sont à son image. Les quatre trails du projet de Samuel totalisent 20 000 km de sentiers, qui se transforment en hiver en pistes de ski de fond, ou ferment carrément. Samuel va donc tenter d'enchaîner le North Country Trail (NCT, 7 400 km dans le nord-est), le Pacific Crest Trail (PCT, 4 300 km côté ouest), le Continental Divide Trail (CDT, 5 000 km du nord au sud dans le Midwest, en passant par les Rocheuses) et l'Appalachian Trail (AT, 3 500 km dans les Appalaches, côté est). Il a fallu pas moins de 300 jours en 2001 à Brian Robinson (finisher entre autres de la célèbre Barkley en 2008) pour enchaîner les trois derniers, soit près de 13 000 km.

Tu as un entraînement particulier ?

Je marche une heure ou deux avant d'entamer ma journée de boulot, cinq jours sur sept, dans les gorges de la Sturgeon River et je m'entraîne sur le NCT chaque semaine. J'aurai le plus de neige sur cette partie-là, mais j'ai grandi dans ces conditions de terrain et de météo.

Et c'est pour gagner de l'expérience à ce niveau que j'ai vécu six mois tout seul dans un igloo, sur une île créée par un barrage de castors. Ça n'a pas été facile tous les jours, mais au final une belle expérience, et un bon test pour mon projet. Il y aura aussi de la neige sur le PCT et CDT, mais ça sera au printemps et en été. Et je finirai par l'AT en fin d'année, mais l'enneigement sera moindre que sur le NCT. Enchaîner NCT, PCT, CDT et AT dans cet ordre minimise la période de neige sur le parcours, mais ne l'élimine pas... J'aurai donc toujours mes raquettes avec moi !

Avec ce projet, je choisis de changer ma vie.

All-In Trek, c'est seulement le commencement !

Est-ce que tu as déjà une routine que tu suivras jour après jour, des dates cibles pour les différentes parties du voyage ?

Pas de routine préétablie, non... mais les jours se ressembleront sûrement. Ça dépendra aussi du terrain,



2

2 LES COULEURS D'AUTOMNE D'UNE FORÊT DU MICHIGAN. C'EST LE TERRAIN D'ENTRAÎNEMENT FAVORI DE SAMUEL. IL PASSERA PAR CES ENDROITS EN PLEIN HIVER, MAIS ÇA NE LE CHANGERA PAS BEAUCOUP PUISQU'IL Y VIT !

3 LE NORTH COUNTRY TRAIL N'EST PAS UN CHEMIN FORCÉMENT BIEN ENTRETENU TOUT AU LONG DE L'ANNÉE. AVEC DE LA NEIGE POUR ÉPICER LE TOUT, LE MENTAL ET LA BOUSSOLE RESTERONT LES MEILLEURS ALLIÉS DE SAMUEL.



3

de la météo : tout est possible pendant ces 12 500 miles (20 000 km, Ndlr), alors mes prévisions de dates sont à l'estime. Mon objectif est d'en avoir fini avec le NCT à la mi-mai. Je commencerai alors le PCT au début du printemps pour en terminer mi-juillet. Puis le CDT jusqu'à fin septembre. Et je pourrai ainsi commencer l'AT en direction du sud avant que la partie nord ne soit fermée, au 15 octobre. Pour rejoindre chaque portion, ça sera train ou bus.

Quid de ton matériel, tu te feras assister ponctuellement ?

En ce moment, je teste mon matos pour l'hiver. Je viens de recevoir cinq paires de chaussures du modèle « hiver », qui viendront compléter ma panoplie « été ». Le tout, avec sac de couchage, raquettes, bâtons, sous-vêtements, cartes et appareil photo pèse environ 10 kg. Mais je n'en porterai pas constamment la totalité, ce qui me permettra d'ajouter environ 8 kg de nourriture et d'eau, sans dépasser la limite des 16 kg que je me fixe. Au mieux — ou au pire ? —, j'aurai une semaine de ravitaillement sur moi. Plusieurs amis devraient me retrouver sur le NCT. Ils partageront quelques jours de raquettes avec moi. J'attends déjà ces moments avec impatience.

Comment t'es-tu préparé, niveau financier ?

Mon plan était de pouvoir vivre au plus économique, près des gens qui pourraient m'aider. J'ai trouvé un

INTO THE WILD ?

Samuel H. Gardner, c'est un peu le Christopher McCandless de Sean Penn dans le film « Into the Wild » : un jeune homme d'une vingtaine d'années tourne le dos à l'existence confortable qui lui est promise pour prendre la route dans un but ultime de vie en communion totale avec la nature. Cette magnifique histoire aux accents dramatiques a été adaptée du livre « Voyage au bout de la solitude » écrit par Jon Krakauer, récit qui relate l'histoire réelle de Christopher McCandless. Ce dernier, dans sa quête du bonheur et de la paix spirituelle qu'il pensait trouver dans la solitude absolue au milieu d'une nature vierge, finira par s'empoisonner. Peu de temps avant de mourir, il se rendra compte que la solitude n'est pas l'idéal de l'homme, et léguera comme unique testament la phrase « *Le bonheur ne vaut que s'il est partagé* ». Samuel de son côté semble avoir bien compris cet adage, puisqu'il se réjouit à l'avance des moments qu'il partagera avec ses amis sur les grands trails américains.

• Site internet : www.theinitiativesite.com

boulot qui devait couvrir tous mes frais pour le projet. Malheureusement, la boîte a fermé cet été, laissant tous les employés sur le carreau. Depuis, j'ai repris un boulot de charpentier. J'ai pensé à ce projet tous les jours, 24 heures sur 24, pour mettre en place la logistique, pour collecter des fonds. Ça a été une bataille depuis l'été dernier. À ce jour, j'ai à peu près la moitié du budget, alors je vais faire du mieux possible, en espérant me faire sponsoriser ou qu'au moins de l'argent arrive pendant que je marche.

Qu'est-ce que tu mets en jeu dans ton projet ?

Tout. En hyper-résumé, ça donne : depuis que j'ai décidé de me lancer dans cette aventure à l'automne dernier, j'ai quitté mon emploi dans le Colorado et je suis retourné vivre chez mes parents ; heureusement pour moi, ma famille a aussi la passion du grand air, ils savent que ce projet représente tout pour moi et ils me soutiennent complètement. Je les en remercie tous les jours. J'ai également vendu tout ce que j'avais : mon 4x4, ma collection de minéraux, mes surfs, mon matos pour la montagne, ma planche de snowboard, ma télé, mes vtt et vélos de route, mon lit, mon vieux matos de rando, même des fringues. J'ai tout donné pour ce projet. J'ai essayé de mettre toutes les chances de mon côté... ça peut donner des idées à d'autres. Avec ce projet, je choisis de changer ma vie.

Tu veux boucler ce projet en une année... qu'est-ce qui arrivera si tu dépasses ?

Cette succession des quatre trails n'a jamais été tentée auparavant, alors ma principale intention est de faire cet enchaînement en tant que tel, quel que soit le temps que ça prendra.

Ce projet, c'est un aboutissement de cinq années de réflexion, c'est la cerise sur le gâteau ?

All-In Trek, c'est seulement le commencement ! 