

La Bicicleta Latina : un an à vélo en suivant la Cordillère des Andes

Par Coralie Le Rasle

Peut-être que ce rêve a commencé en 1996, lorsque j'ai lu " On a roulé sur la Terre ", récit du voyage à vélo autour du monde de Sylvain Tesson et Alexandre Poussin. Une tante ou ma grand-mère avait dû nous offrir ce livre à mes frères et moi, pensant qu'on voyagerait à travers les pages. Là où ils se sont trompés, c'est que je ne me suis pas contentée de voyager à travers ce livre mais ai rêvé un long voyage que je pourrais moi aussi entreprendre un jour. Au fil des années, l'idée de voyager au moins un an a fait son chemin. Avant que j'envisage de partir seule, il s'est écoulé deux ans. Sans attache et ayant pris confiance lors de quelques jours passés en solitaire au cours de voyages précédents, j'ai décidé de partir seule. Depuis que je suis au Gums, les sports nature sont devenus partie intégrante de ma vie : vous le savez sûrement autant que moi, lorsque je marche, je skie ou je grimpe dans de beaux paysages, j'ai la sensation de faire partie du monde, d'être vivante et de profiter pleinement de la vie. Je pensais pouvoir aller plus loin dans cette sensation et c'est pour cela que j'ai décidé de voyager à vélo. En plus d'être un moyen de transport écolo et sportif, le vélo incite à la rencontre : sur la route on vous arrête, on vous demande pourquoi vous voyagez comme ça, si ce n'est pas trop fatigant, si vous n'avez pas peur. Dès lors la discussion commence et peut durer longtemps ! A condition de pouvoir parler la langue de vos interlocuteurs. C'est entre autre

pour cela que j'ai choisi l'Amérique du Sud : il y a des montagnes qui font rêver et l'espagnol n'est pas trop difficile à apprendre.

J'ai ensuite élaboré mon parcours en navigant sur les blogs d'autres cyclistes, aller d'un bout à l'autre du continent était une jolie idée. A vrai dire, je voulais même en faire le tour au départ ! Mais pour cela il faut deux ans devant soi. Je m'imaginai bien partir un an, deux ans, ça me paraissait trop long. Décider d'un itinéraire et d'une date de retour rassure tout le monde : les parents qui craignent que " vous sortiez de la société ", les amis qui ne comprennent pas toujours que l'on veuille quitter le système, et surtout soi-même : c'est un peu comme si on partait à l'inconnu avec un parachute dans le dos et non en totale chute libre, on sait que l'on reviendra.

Je n'étais pas une grande cycliste avant de partir : le *Vélib* était mon quotidien mais à part ça, j'avais dû partir une ou deux fois pédaler sur plusieurs jours. J'ai donc épluché les forums, les magazines et sites internet pour trouver du matériel léger, robuste et pratique. J'ai choisi un super vélo à Paris, les meilleures sacoches, etc. Le premier jour de vélo à Bogota en Colombie, je me suis tout fait voler. La tuile. Pendant quelques heures, le moral est tombé dans les chaussettes, mais la motivation accumulée pendant plusieurs mois était encore là. En quelques minutes j'ai tout

perdu, sauf mon passeport et mon envie de réaliser ce rêve. Les mois de préparation en France n'ont pas été vains : j'ai pu me rééquiper en 4 jours. J'ai choisi un vélo de bonne qualité (moins bien que le premier bien sûr !), j'ai fait monter des roues à double paroi avec un rayonnage renforcé, l'ensemble plateaux-pignons-chaîne de bonne facture (shimano), une selle adaptée à la morphologie féminine, quelques outils et rumba, me voilà partie !



J'ai ensuite fait venir de France des sacoches, une tente, un duvet et une doudoune pour l'altiplano, car ce matériel est importé en Amérique du Sud et coûte très cher. Mais je sais maintenant qu'il est tout à fait possible de prendre l'avion léger et de s'équiper sur place, il n'est pas indispensable d'avoir du matériel ultra-pro pour réaliser de beaux et longs voyages. Le minimum si l'on ne veut pas passer son temps à réparer, est d'assurer la qualité. D'ailleurs, quand mon frère est venu me retrouver, on a fait monter un bon vélo au Pérou et on l'a revendu 15 jours plus tard 80% de son prix.

Mon vélo pesait 14 kg, mes bagages entre 15 et 25 kg (en Bolivie lorsqu'il faisait -12° C dans la tente la nuit et qu'il fallait trimballer sept jours de nourriture et deux jours d'eau). Jusqu'en Bolivie, je voyageais sans tente : la présence d'hôtels très bon marché dans la plupart des villages et l'hospitalité des gens rendent la tente superflue. D'autant plus que la cordillère au Pérou est très peuplée et qu'il est difficile de trouver un coin absolument sûr pour planter sa tente.

Quand on arrive à vélo quelque part, on suscite souvent la curiosité. Mais il ne faut pas croire que parce qu'on est à vélo, tout le monde nous ouvre grand ses portes. Même en tant que femme seule, on se méfiait parfois de moi, il m'est arrivé que des femmes ne veuillent pas m'héberger.

[...] LORSQUE JE MARCHE, JE SKIE OU JE GRIMPE DANS DE BEAUX PAYSAGES, J'AI LA SENSATION DE FAIRE PARTIE DU MONDE, D'ÊTRE VIVANTE ET DE PROFITER PLEINEMENT DE LA VIE. [...]

Une rencontre, ça se provoque, il faut choisir le lieu propice, prendre du temps de discuter avec l'épicier du coin, poser des questions. Parfois on vous propose un lit, un dîner, parfois on vous indique un hôtel ou un camping, ce qui est bien aussi car être hébergée tous les jours demande une énergie folle ! Il faut s'intéresser à la famille, poser des questions,

suivre leur rythme. En Argentine, il m'était difficile de maintenir une bonne hygiène de vie : les Argentins dînent très tard et le matin il fait extrêmement chaud, mieux vaut partir très tôt. Je ne dormais donc pas beaucoup ! Je dormais en moyenne 2 heures de plus par nuit que lorsque j'étais en France, et ce n'était pas parce que j'avais la flemme de me lever mais bien parce que la fatigue physique était intense !

La journée type

Il n'est pas facile de donner une journée type car le rythme du cycliste dépend de celui du soleil. De l'Equateur au sud de l'Altiplano, le jour est court : le soleil se lève vers 6h30-7h et se couche à 18h. Plus au sud, la nuit tombe vers 20h – 21h. Je pédalais généralement 6 – 7h par jour et parcourais en moyenne 60 km (mais cela pouvait varier entre 20 et 128 km !) Quand les jours étaient courts, la journée de vélo était intense, quand les jours rallongeaient, je prenais plus de





temps pour déjeuner, faire la sieste, bouquiner ou discuter.

Le réveil sonnait à 7h, je le repoussais d'environ 10 minutes. Puis je faisais cinq minutes d'abdos car le vélo oublie quelque peu ces muscles ventraux... et puis ça met en forme pour la journée ! S'en suivait l'aération et le séchage du sac de couchage et de la tente (ça prenait plus ou

moins de temps en fonction du climat...). Ensuite, je mettais l'eau à bouillir pour un thé et le porridge (avoine instantanée cuite dans du lait chaud et agrémentée de fruits secs, je n'ai pas trouvé de petit déjeuner ayant un meilleur rapport

poids/coût/goût/apport énergétique). Départ vers 9h. En général, je roulais deux bonnes heures avant la première pause, je grignotais parfois. Je déjeunais ensuite vers 13h30-14h : sandwich de fromage, légumes, jambon ou thon, tout dépend de ce que je pouvais acheter.

Ensuite soit je repartais vite pour poser mon vélo vers 17h30 (pour avoir le temps de trouver un lieu où dormir avant qu'il ne fasse nuit), soit je prenais mon temps et pédalais jusque 19h30-20h. Il me fallait généralement 3 petites heures pour préparer la petite maison portable, le dîner et me coucher. Le dîner consistait en une soupe de pâtes

ou alors en une purée avec de la viande de soja ou du thon, des champignons et tomates séchées, des oignons et de l'ail. Les condiments sont parfaits pour agrémenter un plat qui serait insipide sans et ça ne pèse pas bien lourd. J'arrivais à me laver quasiment tous les jours, que ce soit dans la douche du camping, les lacs ou les rivières. Un jour un hôtelier m'a même préparé une grande baignoire d'eau chaude dans laquelle j'ai pris un bain un soir glacé au Pérou !

Le trajet

J'ai commencé mon périple en avril 2011 en Colombie, j'ai ensuite traversé l'Equateur, le Pérou, la Bolivie puis en alternance le Chili et l'Argentine. En tout, j'ai pédalé 10 227 km.

Retrouvez quelques uns de mes plus beaux souvenirs dans le prochain numéro du Crampon.

