



HK A DIX ANS !

Voyager pour sa pratique sportive est à la fois un rêve pour beaucoup et le pire cauchemar de certains... Cumuler les miles pour cumuler les points ITRA n'est plus forcément dans l'air du temps. Et pourtant, c'est très enrichissant culturellement parlant. On découvre d'autres horizons, d'autres cultures en dégommant tout autant les idées préconçues que la gomme de ses semelles. Hong-Kong est de ces destinations fascinantes, et nous sommes allés fêter le 10ème anniversaire du HK100.

Par Cécile BERTIN – Photos : ShuHaiMin et Sportograf

Dans l'imaginaire collectif, **Hong Kong**, c'est un peu le premier Dubaï asiatique : une ville ultra moderne sortie d'un peu nulle part, coincée entre la mer de Chine et la montagne, le fameux Pic Victoria. Lorsque vous annoncez que vous allez faire un trail là-bas, beaucoup s'imaginent que vous allez faire un trail urbain, et non un vrai parcours nature « pur et dur ». Sans parler du fait que les événements récents qui ont agité les rues de cette ville laissaient à penser que nous allions courir dans un pays en guerre... Situation qui amène d'ailleurs à une réflexion : doit-on toujours séparer sport et politique ? La bien-pensance veut que ce soit le cas, mais peut-on réellement aller courir l'Ecotrail en Arabie Saoudite sans se soucier une seule seconde du fait que les droits de l'Homme et plus particulièrement de la femme y sont constamment bafoués ? Peut-on aller courir en Gobi l'ultra de 400km sachant que l'année dernière au dernier moment ils ont suspendu tous

les visas étrangers de peur que des images des camps d'internement des populations musulmanes de l'ethnie ouïghoure ne sortent du pays ? Doit-on aller courir en Inde où les violences faites aux femmes sont si peu punies pour ne pas dire pas du tout ? La liste est longue... Et pas aussi simple qu'il n'y paraît. Si l'on se base sur la liste d'Amnesty International, même la France n'est pas vraiment fréquentable. Et Hong Kong dans tout ça ? C'est la Chine, non ? C'est beaucoup plus compliqué que ça ! Jusqu'en 2047, ce confetti posé au bord de la mer garde son parlement et son système juridique propre. C'est d'ailleurs parce que le voisin de plus en plus envahissant a cherché à aller plus vite que la musique que les étudiants sont sortis en masse dans les rues, manifestant de façon souvent violente leur mécontentement. Il faut dire que contrairement à bon nombre de leurs aînés, eux n'ont pas de plan B. On l'ignore souvent, mais au moment des négociations avec

→





HONG-KONG 100



Margaret Thatcher, plusieurs ambassades liées au Commonwealth ont délivré des passeports offrant ainsi la double nationalité à bon nombre de personnes qui en faisaient la demande. Mais pour tous ceux - trop jeunes à ce moment-là et ne pouvant justifier de la nécessité de pouvoir voyager facilement pour leur emploi- c'était passeport chinois ou rien. Il faut donc s'attendre à de nouveaux barouds d'honneur de la part d'une jeunesse qui ne veut pas perdre sa liberté sous couvert d'esprit de collectivité.

Aller courir à Hong-Kong, ce n'est pas aller courir en Chine, c'est aller avant tout courir dans un pays qui depuis longtemps marque sa différence. Et n'allez pas dire à un hong-kongais qu'il est Chinois... vous risqueriez la même réaction que si vous disiez à Jean-Guy Talamoni qu'il est Français ! Et n'allez pas croire non plus que le trail est un phénomène récent chez eux. Cette année, le Hong Kong 100 fêtait sa 10ème édition, preuve s'il en est que ce sport n'est pas une nouveauté dans cette contrée. Pour la 10e, au traditionnel format de 100km (et 5300m D+), s'est ajouté au programme

un format Half (56km/2000m D+). Là encore, il faut y voir l'influence des Britanniques, qui n'ont pas, dieu merci, uniquement apporté la tradition du thé à 17h et de l'opium à toute heure. L'un de leur gouverneur, Mac Lehoze, a largement contribué à l'aménagement du territoire en ordonnant la création de chemins de communication qui sont très vite devenus le lieu de randonnées dominicales pour bon nombre de hong-kongais, puis de course à pied cela va sans dire quand la mode fut lancée. Ce sentier fait 100km de long, est parfaitement balisé et permet de découvrir la richesse des paysages des nouveaux territoires en toute sécurité. Le parcours était donc tout trouvé ! La roche volcanique donne le rythme avec ses escaliers taillés au gré du relief. Ils sont mondialement connus pour casser du traileur en masse... Les montées sont compliquées du fait de leur irrégularité, les descentes traumatisantes pour les articulations qui sont sollicitées à outrance. Dieu merci, par moment, il y a des plages de sable blanc, de l'eau turquoise, qui permettent de souffler un peu avant de repartir de nouveau à l'assaut de la jungle.

On ne peut que tomber sous le charme de cette course qui offre une expérience unique en son genre. Le dépaysement est total, l'accueil chaleureux, l'efficacité d'une logistique expérimentée n'est plus à démontrer. On retrouve des ravitaillements semblables aux nôtres même s'il est important de noter qu'ils font la part belle au sucré ; les amateurs du traditionnel « saucisson comté » devront se contenter de chips ou prévoir de quoi se sustenter. De même, le parcours ne se prête pas vraiment à l'assistance, il faudra donc partir sur l'idée qu'il sera plus simple de se débrouiller tout seul comme un grand,

«Un parcours au terrain volcanique, aux innombrables marches, dont la difficulté va en croissant au fil des kilomètres.»



surtout si l'on se lance sur le grand parcours. Le balisage est très bien fait, sachant que par définition, puisque les traileurs restent sur un chemin de randonnée « officiel », il y a de toute façon peu de chances de se tromper. L'organisation a de toute façon prévu des bénévoles à chaque intersection pour éviter les mauvais aiguillages. A ceux qui s'inquiéteraient de la pollution,

sachez que depuis plusieurs années, les usines ont quitté la ville pour rejoindre la Chine. Même si l'air n'est pas parfait, il est nettement plus sain que l'on pourrait s'y attendre.

Il est vrai qu'il n'est pas toujours facile de choisir d'aller courir dans un endroit qui se bat pour ses droits. Mais n'oublions jamais que voyager permet

aussi de témoigner... Voyager, surtout lorsqu'on le fait baskets aux pieds, permet les rencontres, les échanges et permet surtout de se faire sa propre opinion sur une situation qui nous est souvent présentée de façon tronquée par les médias, ou pire, de façon très orientée. ●

Hong Kong pratique

> S'y rendre

Il existe de nombreuses compagnies qui desservent la destination. Cathay Pacific fait partie de celle-là avec des tarifs parmi les plus intéressants du marché en vol direct. Supers écrans, plateau repas plutôt correct et efficacité du côté de l'embarquement.

> **Se loger** : réjouissez-vous, c'est la période creuse puisque nous sommes

à la fin de l'hiver. On trouve donc une offre vraiment intéressante. Testé pour vous, le Park Hôtel, super bien situé à Kowloon, à 15 min à pied du ferry vers Hong Kong. On peut négocier un « early checking » lorsqu'on arrive très tôt après un vol de nuit. Autre avantage, il est desservi par le système des bus gratuits que l'on trouve à la station de l'Airport Express. Pas de stress pour trouver un taxi, on est déposé directement devant la porte ! Et pour le jour J de la course, là-aussi il est desservi par le bus de l'orga.

Se nourrir : la cuisine cantonaise est réellement une vraie merveille. Celle de HK est axée naturellement sur les poissons et les fruits de mer. Elle n'est pas du tout pimentée et basée sur des cuissons simples comme la vapeur. On trouve également des soupes de nouilles en tout genre. Ne pas repartir sans goûter aux gaufres aériennes et faites à la demande. (Retrouvez plusieurs adresses testées et approuvées sur le site www.runfitfun.fr).

> **À visiter** : contrairement à ce qu'on pourrait penser, la ville permet en quelques stations de métro de s'évader sur des chemins de randonnée superbes et variés. De nombreuses pistes cyclables ont été aménagées, le dimanche, c'est bien simple on se croirait sur une étape du Tour de France ! Le site www.discoverhongkong.com offre réellement un maximum d'infos pour organiser son séjour touristique et sportif avec des parcours à télécharger, à consulter absolument avant de partir.