

Marathon de Paris 2011

Wyprawy na Maraton Paryski początki...



6 maja 2009

..... A ja postanowiłem kiedyś przyjechać na maraton do Paryża. Jeżeli odbywa się on na Champs-Élysées i jego trasa jest niedaleko łuku triumfalnego to bieg wśród takich zabytków musi być niezapomnianym przeżyciem, które chciałbym w najbliższym czasie zaliczyć. Z określonym nowym sportowym celem poleciliśmy do Berlina..... Mam nowy cel sportowy – maraton w Paryżu i kolejne pomysły na wyjazdy, w tym najważniejszy – do Nepalu.....

27 września 2010

.... Start w maratonie opłacony – 70 euro.....

3 grudnia 2010

.... Zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do startu w maratonie załatwione (w 3 egzemplarzach na wszelki wypadek) bezcenne

8 lutego 2011

.... Bilety na samolot kupione 390 zł

4 kwietnia 2011

..... Nocleg w Paryżu zarezerwowany 90 euro

7 kwietnia 2011

Koniec przygotowań: 685 km biegu w roku 2011 w nogach, w tym dwa Półmaratony i jeden bieg na 15 km w ramach sprawdzianu zaliczone. Można jechać!

W lutym kupiłem bilet z dosyć ciekawym połączeniem – z Warszawy przez Kraków do Paryża. Jak się później okaże narobiłem sobie dzięki temu zamieszania.

Z rezerwacją noclegu czekałem do samego końca, co w sumie okazało się dobrym posunięciem. Wprawdzie początkowo miałem zarezerwowany nocleg w jakimś czteroosobowym pokoju w hotelu, ale nie chcąc ewentualnej powtórki z RPA starałem się uniknąć noclegu w wieloosobowym pokoju.

Dzięki zbiegowi okoliczności znalazłem rewelacyjny nocleg tuż przy łuku triumfalnym, a zarazem przy samym starcie i mecie maratonu w ośrodku PAN za 30 euro za noc.

Pani z hotelu PAN (mimo, że w początkowej wersji nie było tam wolnych miejsc) skojarzyła 2 osoby, które do niej pisały w sprawie noclegu dla maratończyków i pozwoliła nieznanym sobie wcześniej osobom zarezerwować miejsce w dwuosobowym pokoju, co podobno było niedozwolone ;-) I tak oto poznałem Michała, który też wybierał się na maraton.

8 kwietnia 2011

Czyli w drogę!

Jeszcze rano do pracy i zaraz potem na lotnisko. Wszystko idzie sprawnie. Bagaż nadany prosto do Paryża pomimo, że noc z piątku na sobotę spędzić mam w Krakowie. Z kartą pokładową idę do Gatu. Wszyscy wchodzą na pokład, w tym Nelly Rokita. 3 osoby zostają. Ja też. Wszystkie miejsca zajęte. Lot sprzedaje więcej biletów niż ma miejsc na pokładzie. Zostajemy na lotnisku.

No, ale chyba tak prosto nie skończy się mój wyjazd – zanim jeszcze się zaczął? Z ulotki dowiadujemy się, że mamy możliwość uzyskania jakiegoś odszkodowania i przebookowania biletu na następny lot. Tylko w taki sposób można czekać na szczęście w nieskończoność.

Ale mam jednak farta. Zamiast lecieć przez Kraków lecę bezpośrednio do Paryża już za godzinę. Taka niespodzianka. Odwołuję szybko umówiony nocleg w Krakowie i po kilkukrotnym upewnieniu się u obsługi, że mój bagaż wybrał tą samą drogę co ja ląduję w samolocie. Mam nadzieję, że tym razem nie będę tuż przed biegiem kupował kolejnego stroju i nowych butów tak jak w RPA.

Noclegiem zajmę się po przylocie. W końcu kiedyś na ławce przy Chance-Elysee już nocowałem. Sprawnie dostaję się do Paryża – bagaż też. Pojawiam się na ulicy Victora Hugo. Spróbuję przenocować w PAN o jedną noc dłużej.

A w Paryżu fantastycznie ciepłutko i zielono. Pachnie kwiatami. Kwitną kasztany. O to chodziło! I pomyśleć, że podczas wsiadania do samolotu lał deszcz i było kilka stopni. Co za odmiana po zimie. Szczęście z noclegiem mnie nie odpuszcza. Pojawiam się w PAN i na pewniaka wchodzę do środka. Ktoś jest w biurze, co podobno się nie zdarza o tej godzinie. Jest wolny pokój, bo ktoś go wcześniej zwolnił. Pani w biurze jest zdziwiona jakiego mam

farta. Zostawiam rzeczy w skromnym dwuosobowym pokoju. Hotelik jest w ładnej, cichej okolicy. Idę na spacer nocą nacieszyć się przyjemną pogodą i paryską wiosną. W sklepie nocnym odkrywam przysmak wyjazdu: jogurty z fig i rabarbaru. Pychota.

9 kwietnia 2011

Po mlecznym śniadaniu odwiedzam łuk triumfalny i zupełnie się nie śpiesząc jadę do biura zawodów po pakiet startowy. Obsługa 40 000 biegaczy przebiega bardzo sprawnie. Mam już chipa. Kupuję pamiątkowy t-shirt na targach sprzętu, biorę kilka ulotek o innych maratonach na różnych kontynentach i wracam do PAN.

Poznaję się z moim współlokatorem maratończykiem. Michał dopiero wybiera się do biura. A ja udaję się na zdjęcia pod wieżę Eiffla. Robię zdjęcia. Nie śpieszę się. Delektuję się upalnym, słonecznym dniem i cieszę oczy zielenią, której długo nie widziałem, a która tak poprawia nastrój.

Popołudniu gotujemy jakieś kluch w hotelowej kuchni, a później znowu ruszam na zdjęcia. Znowu pod łuk. Tym razem na zachód słońca. Jest tak przyjemnie ciepło, że aż się nie chce wracać do hotelu.



No ale w niedzielę o 6 rano trzeba wstać żeby odpowiednio wcześniej coś zjeść.

10 kwietnia 2011

Wstajemy o 6. Każdy z nas zjada wcześniej przygotowany posiłek. Po czym mamy jeszcze godzinkę drzemki. O 7 zaczynamy się zbierać. Wszystko po kilka razy sprawdzamy: numer, chip, żele, picie, strój. Idziemy!

Zapowiada się piękny, słoneczny i ciepły dzień. Mijamy tłumy biegaczy. Jest ich 10 razy tyle co w Maratonie Warszawskim. Wszystko sprawnie zorganizowane. Ale mistrzostwem świata jest to, że wyszliśmy z hotelu i mieliśmy tylko kilkaset metrów na start. No i z mety będzie tylko parę kroków. Bajka.



Przed startem dostajemy jeszcze picie i każdy idzie do swojego sektora. Ja jestem w niebieskim z deklarowanym czasem 3:30. Gdyby udało się osiągnąć taki czas to byłby niezły sukces, rekord itp. No ale zobaczymy jak się biega w tak ogromnym tłumie. Wypełniamy szczerze Champs-Élysées. Widok tego tłumy w tym miejscu, z łukiem triumfalnym w tle musi robić kolosalne wrażenie. A ja wśród tego tłumy.



A więc kolejne marzenie i postanowienie udało się spełnić. No i co? Cieszę się! Warto było!

Tuż przed startem ludzie rzucają pod nogi butelki, bluzy i cała masę rzeczy. Ci za nami będą mieli niezłą przeprawę przez ten śmietnik. Jest jeszcze rześko, ale czuję, że będzie upał. Jakaś starsza babka kuca tuż przede mną i widzę jak cieknie stróżka.... moczu. Sika. I wtedy nagle wszyscy ruszają. Idą, a kobieta dalej kuca i sika. Wszyscy wokół przechodzą i się śmieją mijając „kucającą”. Stajemy. Jakiś gość wyjął swój interes i sika do bidonu. Zakręca i zostawia pod nogami. Nigdy nie pijcie niczego z butelek zostawionych na stracie!!!

Startujemy. Jest tłoczno, ale biegniemy całkiem sprawnie. Tylko jak ten tłum zmieści się w węższą niż Chance-Elysee uliczkę. Pierwszy kilometr po Chance-Elysee w niezłym czasie: 4:58 – bo z górki. Kolejne trochę gorzej – 5:02. Przebiegamy obok Luwru szerokimi ulicami. Na 3, czy 4 km zrobił się zator. Stoimy. Zwężenie. Po kilkudziesięciu sekundach biegniemy dalej. Pierwszy punkt regeneracyjny nie do osiągnięcia. Zresztą na piątym kilometrze i tak nigdy nie piję. Kilometry dobrze oznaczone. Oznaczone są też mile. Wzdłuż trasy na asfalcie namalowana niebieska linia – zgodnie z hasłem: „Just follow the blue line”. No to po prostu biegnę po tej linii.. Około 7 km mijamy pierwszy punkt z fotografami. Kilku z nich stoi na wysepkach. Próbuję się załapać na zdjęcie, ale biegniemy cały czas w tłumie ramię obok ramienia, więc niewiadomo co z tego będzie.



Mamy pierwszy podbieg. Ale biegnie się nieźle. Nie forsuję zbyt tempa, ale wynik 3:30 powoli się oddala. Staram się więc nie spaść poniżej tempa na 3:40. No i idzie/biegnie mi całkiem nieźle. Wbiegamy do ogromnego parku. Jest przyjemnie ciepło, a jasna zieleń drzew koi zmęczenie. Nie ma najmniejszego wiatorku. Na trasie tłumy widzów i dużo zespołów muzycznych. W niektórych miejscach tłumy są tak duże, że zwęża się dla nas miejsce i trzeba uważać. Krzyczą, śpiewają, dopingują, biją brawo. Bardzo fajna atmosfera. To nie to co w Warszawie.

Mijam jakiegoś bosoego biegacza. Ludzie przyjeżdżają do Paryża na bieg z całego świata.. Zaczynam się obawiać pojawiających się nagle na środku jezdni wysepki. Biegniemy po dwóch stronach jezdni i na każdym skrzyżowaniu są po dwie wysepki na środku. Pojawiają się znikąd. Nagle wyrastają znaki, słupki, krawężniki. Jak się zagapię to będzie nieźle bum. Dopycham się już do napojów, chociaż nie jest to łatwe. Jest tylko woda w butelkach 0,3 l. Ale wystarczy. Połówka mija bardzo przyjemnie i nie czuję dużego zmęczenia. Mam nadzieję, że druga część minie podobnie. Po drodze spotykam kogoś z Polski. Wymieniamy kilka zdań. Nagle wpadam w dziurę. Wykrzywia mi się prawa noga. Chwila strachu, ale po kilku niepewnych krokach wszystko jest w porządku. Zaczynam uważać już nie tylko na wysepki, ale i na podłoże. Tłum ludzi wciąż taki sam. To się chyba nie przerzedzi do samego końca. Jest 24 km. Czas na kryzys. Nie dość, że nadszedł to jeszcze biegniemy wzdłuż Sekwany ulicą, która raz po raz chowa się w tunelu, to znowu wychodzi na otwarte powietrze. Kilukrotnie zbiegamy i ostro podbiegamy. Z tunelu i do tunelu. W najdłuższym tunelu

gorąco jak w saunie. Jestem ugotowany. 1 km robię już w 5:30. Zmieniam zadanie na utrzymanie 3:45 na miecie. Upał i podbiegi wykończyły mnie w najgorszym momencie. Żele nie pomagają – nie dodają energii. Na trzydziestym którymś kilometrze łąduję obiema nogami w przepływającej przez jezdnię wodzie. Chlupie. Wszystko przeszkadza. Ale już niedaleko. Przebiegliśmy obok wieży Eiffla. Mimo wszystko fajnie brać udział w taki biegu, przebiec się po całym Paryżu. Będzie co wspominać. Już niedaleko. Tempo spada. Pulsometr gubi sygnał. Może przestałem żyć? Nie – znowu działa. Ale nie wiem ile czasu mi zniknęło. Teraz 1 km pokonuję w 6 minut. Nie wiem, czy gdzieś byli fotografowie. Znowu wbiegamy do parku – do lasu bulońskiego. Jest fantastyczna zieleń. Tylko to zmęczenie. Ostatnie kilometry dłużą się, ale strasznie się cieszę, że dobiegnę. Jeszcze tylko wokół ronda, wśród niewyobrażalnego tumultu kibiców i ostatnia prosta. 200 metrów do mety w stronę łuku triumfalnego po Av. De Foch. Marzenie się spełniło. Przebiegłem Maraton Paryski. Biegnę w stronę łuku. Unoszę ręce do góry. META!



Krótkie wzruszenie na mecie. Medal, Koszulka. Pomarańcze. Picie, Tysiące myśli przebiegają przez głowę, czy mogłem pobiec szybciej itd. Ale najważniejsze, że dałem radę przebiec super maraton w fantastycznym miejscu.

Korzystam z masażu dla zawodników. Teraz zawsze będę to robił. Regeneruje nogi perfekcyjnie. Kładę się na gęstej zielonej trawie w ciepłe wiosenne słońca szczęśliwy z ukończenia biegu i lekko przysypiam z rozkoszując się wspaniałą chwilą. To jedna z najprzyjemniejszych chwil jaką można przeżyć.

Wolnym, zmęczonym krokiem wracam całe 500 metrów z mety do PAN. Michał już tam jest. Gratulujemy sobie ukończenia biegu. Robię fotę z medalem. Adrenalina biegowa powoli opada.



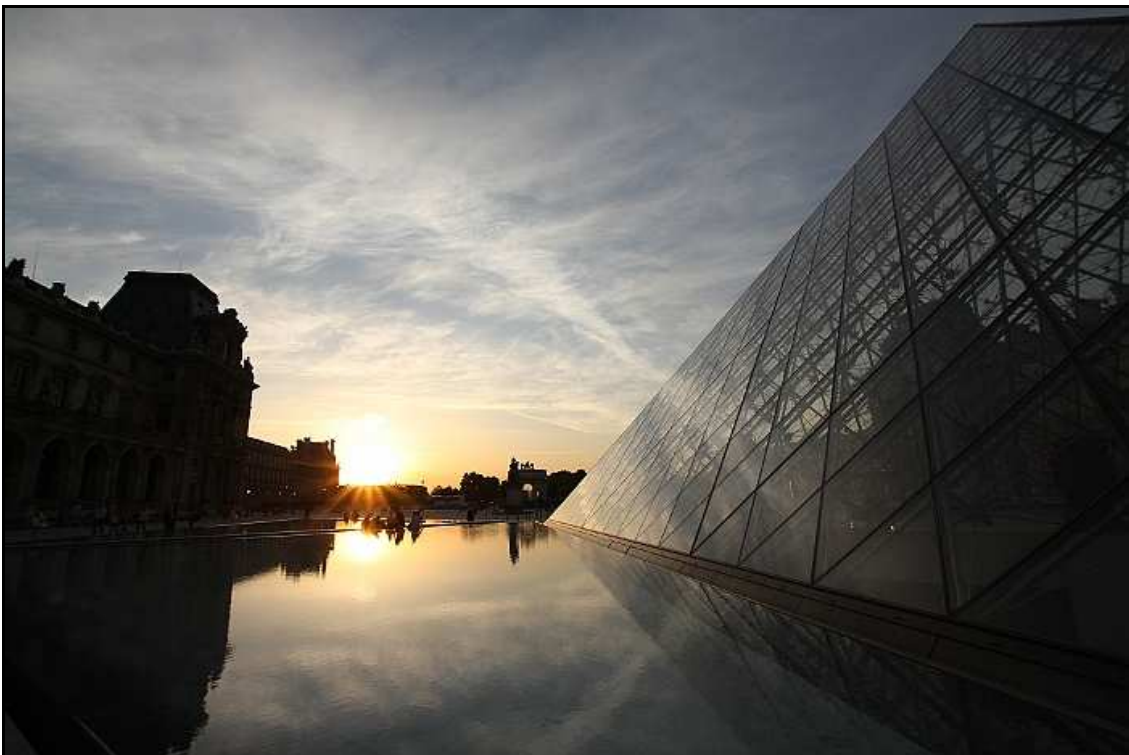
Czas pod względem sportowym słaby – poniżej moich oczekiwań – ale pewnie szybciej nie mogłem pobiec i już. Może za mało biegałem zimą, może trasa była trudniejsza, może lepsze wyniki osiąga się w kameralnych maratonach, może upał mnie pokonał. Nieważne. Przebiegłem fantastyczny maraton i jestem szczęśliwy.

Biorę ptasie mleczko, kupuję butelkę wina i idę do parku przy Chance-Elysee napić się w miejscu, gdzie kilkanaście lat temu nocowałem na ławce z Piotrkim. To dlatego tu przyjechałem właśnie teraz – w kwietniu żeby przeżyć drugą rocznicę w trakcie biegu, a później napić się wina na ławce służącej nam kiedyś za miejsce noclegowe.

Z lekko szumiącą głową, z muzyką na uszach siedzę na trawce, odpoczywam i wspominam. Nieśpiesznym krokiem chodzę o zachodzie słońca w okolicach Luwru, w którym we wspaniałych pomarańczowych barwach odbija się słońce. To był bardzo przyjemny i relaksujący spacer.



Wiedziałem, że udało się zrobić to, co chciałem. Zieleń parku, zachód słońca, wspaniałe barwy kwitnących kwiatów, piękny Paryż, przyjemne pobiegowe zmęczenie, kojąca muzyka w słuchawkach i fotografowanie. Czego mogłem chcieć więcej. Było zajebiście.



11 kwietnia 2011

Dziś Wersal.

Kupuję w przyulicznej piekarence bagietkę na śniadanie i z przyjemnością pochłaniam ją całą. Niebo w gębie. Nogi – ku mojemu zdziwieniu nie boją – albo jeszcze nie boją. Dojeżdżamy pociągiem do Wersalu.



Pałac jest zamknięty, ale nas interesują przede wszystkim ogrody. Jest bardzo przyjemnie. Ciepłutko. Nigdzie się nie śpieszymy. Nie ma zwiedzających tłumów. Rewelacja. Czaszka spaliła mi się na dobre.



Po kilku godzinach chodzenia (dziwię się, że dałem radę po maratonie) wracamy.



Idziemy na kebaby do łacińskiej dzielnicy. Chodzimy bez większego celu. Wchodzimy do jakiejś katedry, przechodzimy przez Ogrody Luksemburskie. Zjadam pierwsze od kilku lat lody. Przemieszczamy się pod wieżę. Wstępujemy do supermarketu aby uczcić bieg. Kupujemy wino i najbardziej śmierdzący ser jaki nam się udało wywachać.+ kilka specjałów do Polski.

Próbuję ogarnąć temat jazdy na samolot następnego dnia. To chyba będzie małe wyzwanie dostać się na 7 rano na lotnisko. Okazuje się, że jedyna metoda to taksówka (odpada – cena) albo nocny autobus. Ale jakoś nie możemy ogarnąć tematu ceny za bilet i jakim autobusem trzeba jechać. Wyruszam po ciemku w miasto po szukać informacji na przystankach. Coś tam znajduję. Wędruję wzdłuż prawie całych Champs-Élysées. W końcu znajduję właściwy przystanek. No dobra – to wiem już dokąd muszę w nocy dojść z plecakiem i gdzie wsiąść do autobusu. A co później okaże się nocą. Wracam. Pełno policji. Niedaleko łuku spory tłum ludzi. Coś tam krzyczą. Przepychają się z policją. Biegają. W oknie wisi flaga Bahrajnu. Dużo murzynów. Nie wiem o co chodzi. Chyba będzie lepiej jak wrócę do PAN. Mam tylko nadzieję, że jak w nocy będę szedł z plecakiem do autobusu zamieszanie się skończy. Wracam. Pakuję się. Wypijamy wino. Zjadamy bagietkę z niezłe śmierdzącym serem. Miło szumi w głowie. I idę spać na chwilę.

12 kwietnia 2011

Wstaję zanim zauważyłem, że w ogóle zasnąłem i wychodzę na autobus. Mam do przejścia ze 2 km. Idę szybko. Raczej wolałbym sienie spóźnić na samolot – w końcu jadę do pracy ;-) Wędruję przez puste i ciche o tej porze ulice Paryża. Udaje się złapać autobus. Wraz z kilkoma wracającymi imprezowiczami i chyba stałymi spaczami z nocnych autobusów jedziemy do punktu przesiadkowego. Czekam na kolejny autobus. Jest. Pakuję się do nocnego jadącego na lotnisko. Autobus obsługuje kierowca i dwóch ochroniarzy. No mam nadzieję, że przygód nie będzie. Ale na wszelki wypadek nie zasypiam przez całą trasę. Odprawa. Drzemka w samolocie i jestem w Warszawie.

A zatem udało się.

Było fantastycznie.

Przedemną kolejne plany i marzenia sportowe i podróżnicze do spełnienia.

Gdzie i kiedy..... to się okaże wkrótce.

Gerber
Paryż – Warszawa – kwiecień 2011