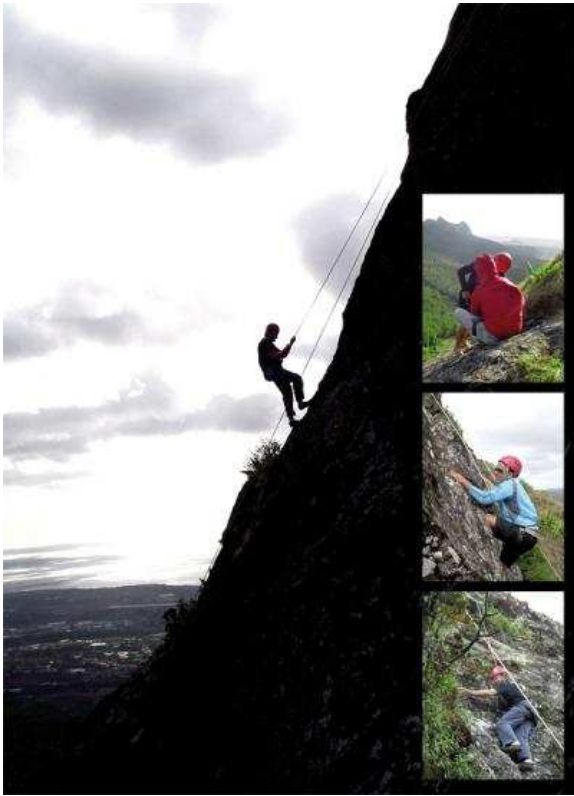


REPORTAGE: Le Pouce... à mains nues !

ARTICLE PARU DANS WEEK-END | 16 SEPTEMBER, 2012 - 18:00



Samedi dernier, nombreux étaient les promeneurs et les habitués des sentiers menant au sommet du Pouce à être étonnés de voir un petit groupe de grimpeurs équipés de casques, de baudriers et de cordes, s'engager sur l'une des parois verticales de la montagne... à mains nues. Le rock climbing est en effet une activité sportive encore très peu répandue à Maurice, et c'est justement dans le but de la démocratiser que cette session avait été organisée par Xavier Pompon et Olivier Bourquin.

L'escalade, plus précisément l'escalade libre, consiste à progresser sur une paroi sans utiliser de matériel pour s'aider, et à atteindre le sommet d'une "voie" en utilisant uniquement les prises du rocher. Pour simplifier, il ne faut compter que sur ses muscles et son agilité pour grimper, l'équipement ne servant qu'à "assurer" le grimpeur en cas de chute.

Fait étonnant, voire « fort regrettable » pour certains, cette activité ludique et sportive n'est pratiquée que par quelques rares adeptes, alors que notre île, grâce à son relief, regorge de spots propices qui ne demandent qu'à être exploités. Tout récemment, Alain Robert, alias The French Spiderman, grimpeur mondialement connu, était venu escalader la façade d'un immeuble de la capitale dans le cadre d'une opération commerciale, mais son passage n'a malheureusement pas eu également pour objectif de vulgariser ce sport chez nous. La principale difficulté à l'expansion de cette discipline à Maurice

étant qu'aucun magasin spécialisé ne propose le matériel requis (chaussons d'escalade, baudriers, mousquetons, etc.) pour sa pratique.

Malgré tout, le rock climbing prend petit à petit de l'essor et c'est pour encourager d'avantage de Mauriciens à s'y essayer que les accros de la grimpe multiplient les initiatives pour partager leur passion. Il y a quelques semaines, un mur d'escalade était lancé au centre commercial de Bagatelle sur une idée de Xavier Pompon. En juin dernier, c'est à Port-Louis qu'un autre mur a été installé – entièrement conçu et réalisé par Umayr Beeharry et ses proches – et une première compétition réunissant une vingtaine de participants, le BoulderMaster 2012, y a même eu lieu le 1er septembre. L'installation de ces parois artificielles indoor permet aux grimpeurs de s'exercer à toute heure et indépendamment des conditions météorologiques, tout en donnant l'occasion aux néophytes de se familiariser aux techniques de base, dans des conditions moins impressionnantes que celles du plein air.

C'est sous un ciel gris et avec de fortes rafales de vent qu'une petite dizaine de grimpeurs a ainsi entrepris l'escalade de cette paroi de la montagne du Pouce samedi dernier. Deux jours plus tôt, Xavier Pompon et Olivier Bourquin, d'Otélair Ltée, y avaient dégagé deux voies : la falaise a été nettoyée, les rochers instables ont été enlevés et deux points d'ancrage ont été fixés. Ces voies, baptisées Stairway to Heaven et Cent-Pieds (ndlr : une tradition de l'alpinisme moderne veut que le premier grimpeur à ouvrir une voie d'escalade ait le privilège de lui donner un nom), sont situées sur le sentier emprunté habituellement par les randonneurs pour accéder au sommet. La première, d'un niveau de difficulté relativement bas, permet aux débutants de faire leurs premiers pas sur la roche. La seconde, plus verticale, demande davantage d'effort musculaire et d'agilité. Xavier et Olivier prévoient d'ici peu d'ouvrir deux nouvelles voies à l'intention des grimpeurs plus expérimentés, un peu plus loin sur le même sentier.

Si cette falaise du Pouce offre assez de prises pour que les chaussons d'escalade ne soient pas indispensables, il est toutefois recommandé de porter des chaussures de sport ayant une bonne adhérence. Avec l'aide et les conseils des moniteurs, les grimpeurs repèrent les prises qui leur permettent d'atteindre le sommet de la voie. Le respect de quelques règles de sécurité et l'apprentissage de gestes simples, permettant de se familiariser au matériel avant de s'engager sur la paroi, minimisent les risques et font profiter pleinement des sensations offertes par cette activité.

Il est certes difficile de décrire avec des mots les émotions éprouvées par les rock climbers au moment de la grimpe. La satisfaction de venir à bout d'une voie ou la montée d'adrénaline causée par le vide sont les sentiments qui sont régulièrement évoqués. Le contact direct avec la nature, le fait de sentir chaque aspérité de la roche sous ses doigts, ou encore la notion d'avoir à repousser

sans cesse ses limites sont aussi des aspects que beaucoup recherchent à travers cette activité. Savourer le moment qui suit l'effort en admirant le paysage qui s'offre aux yeux reste, pour nous, un plaisir que l'on peut difficilement retrouver ailleurs...

Bon à savoir...

- Si l'escalade demande certainement une bonne condition physique, elle nécessite également de la concentration et une maîtrise technique tout aussi importantes. Il n'est donc pas nécessaire d'être taillé comme un Usain Bolt ou d'avoir la souplesse d'un gymnaste pour pouvoir découvrir cette activité. On peut commencer dès le plus jeune âge – les enfants adorent en général – et garçons comme filles peuvent s'y mettre.
- Sa pratique est soumise à des règles de sécurité très strictes : en salle comme en falaise, chaque grimpeur est relié par une corde à une autre personne qui reste au sol pour l'assurer. Ce sport repose donc, malgré les apparences, sur l'entraide et l'esprit d'équipe. Il est strictement déconseillé d'aller s'attaquer seul et à mains nues à la falaise la plus proche !
- Cette activité comporte de nombreux bienfaits : elle mobilise l'ensemble du corps et renforce non seulement les bras et les jambes mais aussi les abdominaux.

La technique nécessaire pour escalader développe également la souplesse et l'équilibre. Sur le plan du mental, ce sport apprend à garder son sang-froid et à gérer son stress : il développe la confiance en soi et la persévérance.

• Contacts :

Otélair Ltée – www.otelair.com ou par téléphone au 251 6680.

Vertical World – www.verticalworldltd.com ou par téléphone au 697 54 30.

Team Adrenaline/Association iTeam – 2, rue Canal, Port-Louis (ex-bâtiment Boulanger), ou par e-mail à umayr13@hotmail.com.

Sur Facebook : Les pages des organismes mentionnés ci-dessus, ainsi que les groupes Mauritian Rock-Climbing, Adrenaline Seekers et The Rocker "rock climbing Mauritius".

RELATED TERMS: Magazine Week-End Port-Louis Pouce Maurice Alain Robert (The French Spiderman)
Encore Olivier Bourquin Umayr Beeharry Xavier Pompon