

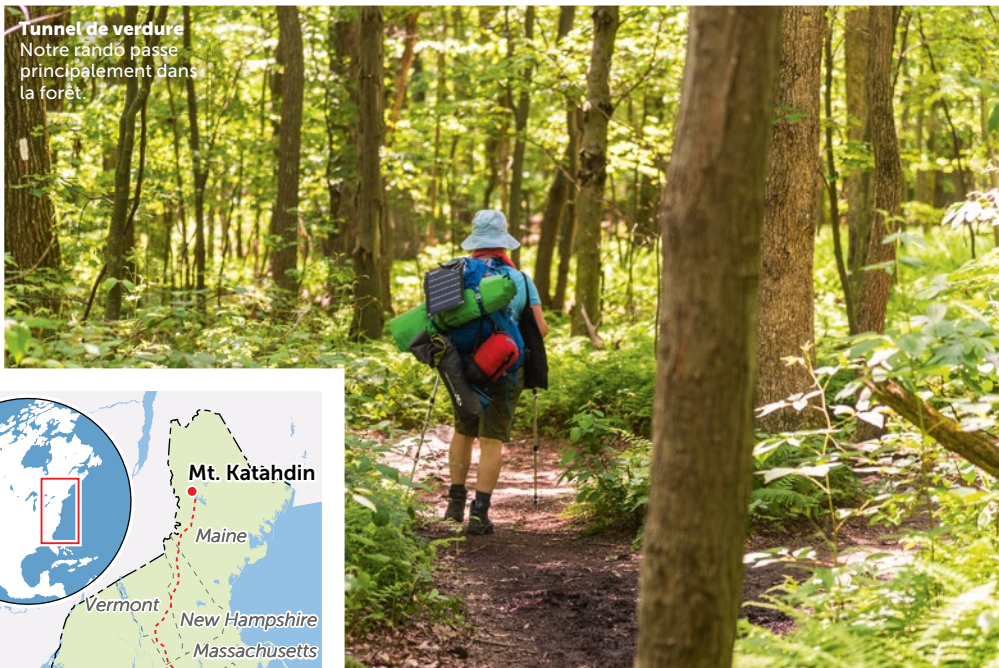
Un sentier émaillé de rencontres dans les Appalaches

S'étirant sur près de 2190 miles, le sentier des Appalaches est en passe de devenir un nouveau chemin de Saint-Jacques. Deux membres de la rédaction ont exploré cette mythique randonnée américaine. Un parcours émaillé de rencontres truculentes. →

TEXTE JULIANE LUTZ | PHOTOS EMANUEL FREUDIGER



Sebastian et Elmar comptent parmi les rares randonneurs suisses sur l'AT.



Tunnel de verdure
Notre rando passe principalement dans la forêt.



Gare à l'ours Les denrées seront conservées hors de portée des animaux.



Frugalité au menu
Mieux vaut prévoir des aliments légers et supportant la chaleur.

Le décontracté
«Des expériences tantôt merveilleuses, tantôt étranges – j'ai tout vu!»
Ancien soldat de la Bundeswehr, Thomas accomplit le trajet Géorgie-Maine.



1er jour: départ

«**A** musez-vous bien», nous lance Ron tandis qu'il repart à bord de sa voiture. Propriétaire d'un magasin, il nous a amenés de Harpers Ferry jusqu'à Pen Mar Park, point de départ de notre randonnée sur le sentier des Appalaches (Appalachian Trail, AT). Plus possible désormais de faire volte-face. Emanuel et moi sommes condamnés à parcourir à pied les 42 miles (1 mile équivaut à env. 1,6 km) à travers le Maryland jusqu'à Harpers Ferry. Très vite, nous croisons Thomas, soldat de la Bundeswehr à la retraite. Parti du sud, il a parcouru non loin de la moitié du sentier, soit près de 920 miles. Son but, le mont Katahdin dans le Maine, se trouve encore à 1124 miles plus au nord. En comparaison d'une telle prouesse, nos misérables 42 miles sont bien peu de chose. Tant bien que mal, j'essaie de ne pas penser aux dangers qui nous guettent, aux ours potentiellement agressifs, aux morsures de serpents et autres fougères. Autant de mésaventures qui peuvent survenir même sur de courtes distances. Longtemps, nous gravissons une pente à travers de belles forêts de feuillus où les chênes, érables et fougères forment un interminable tunnel vert. Nous croisons

d'autres randonneurs qui nous souhaitent un «happy trail». Au bout de plusieurs heures, première pause au Raven Rock Shelter – l'un des refuges à trois parois disposés le long du sentier, où les marcheurs peuvent passer la nuit. Deux jeunes femmes y ont déballé leur casse-croûte et quelques scouts y ont pris leurs quartiers.

Quand, en début de soirée, nous rafraîchissons nos pieds endoloris dans un ruisseau, les deux randonneuses dressent leur tente. Pour notre part, nous avons l'intention de rejoindre le refuge d'Ensign Cowall, situé à dix miles de notre point de départ, Pen Mar Park. «Plus que deux miles!», lance l'une d'elles pour nous encourager. Fatigués et bien chargés que nous sommes – avec son équipement photo, Emanuel trimbale une vingtaine de kilos –, les 3,2 kilomètres nous semblent interminables. Mais nous voilà récompensés, lorsqu'au loin, nous observons deux ours dans une clairière. A notre arrivée au refuge, c'est la foule, et nous dénichons tout juste une place. Après le souper, composé de barres de céréales et de viande séchée, Emanuel suspend le sac contenant les vivres à un montant. Si on ne souhaite pas se retrouver nez à nez avec un plantigrade pendant la nuit, il est préférable de mettre la nourriture en sécurité.

Coup d'œil exceptionnel
sur les vastes étendues
du Maryland du haut du
Black Rock.



La clique

«L'ambiance
ici est
tellement
chaleureuse
et gaie!»

Venues du Midwest,
Marisha, Lisa, Donna
et Ginelle découvrent
le Maryland à pied.



2e jour: effort

Manque de sommeil. Les scouts n'ont pas arrêté de causer et, au cœur de la nuit, un animal – était-ce un ours? – a fait tout un remue-ménage devant le refuge. Les autres pensionnaires sont déjà debout, soucieux de s'élancer avant les grandes chaleurs. Pour les jours qui viennent, on annonce 35 degrés à l'ombre. Nous parlons avec Gene, originaire de Caroline du Sud, un vétéran de l'AT qui y travaille comme «ridge runner»: il conseille les randonneurs et les informe de certaines règles, notamment de l'interdiction d'alcool dans les parcs de l'Etat du Maryland. L'alcool, nous n'y songeons pas, pas plus qu'au café, pourtant indispensable en temps normal. Quelques jours sur l'AT s'apparentent à une véritable cure de désintoxication.

Nous puisons de l'eau dans la source voisine et nous mettons en route. Par monts et par vaux. Traînant les pattes – les dix miles de la veille nous ont achevés. A nouveau, des forêts à perte de vue. L'après-midi, du haut du Black Rock, nous jouissons enfin d'une vue spectaculaire sur les plaines du Maryland, ponctuées d'innombrables fermes. Nous sommes soulagés de rejoindre le

BON À SAVOIR

Le sentier des Appalaches (Appalachian Trail, AT), est un chemin de grande randonnée totalisant 2190 miles (3524 km). Reliant le mont Springer en Géorgie et le mont Katahdin dans le Maine, il traverse 14 états américains. Il faut compter 6 à 8 mois pour le parcourir d'un bout à l'autre.

Réputé facile et accessible en transports publics, le tronçon de 42 miles (67,5 km) à travers le Maryland convient aux néophytes. Vol pour Washington D.C., puis continuation avec Amtrak jusqu'au village historique de Harpers Ferry, en Virginie-Occidentale. De là, prendre une navette jusqu'à Pen Mar Park et revenir à pied. Prévoir 4,5 jours en marchant 8 à 10 miles par jour. Ne pas sous-estimer les dénivellations, la chaleur et le chargement. La carte 5 & 6 Appalachian Trail across Maryland (s'obtient auprès de l'Appalachian Trail Conservancy) est un bon investissement. Lecture conseillée: «A walk in the Wood» de Bill Bryson.

refuge de Pine Knob, à 18 miles de Pen Mar Park, où un joyeux quartette de randonneuses a pris ses aises. Toutes les places de camping étant réservées, nous nous retrouvons à nouveau au refuge. Tandis que nous mangeons nos sempiternelles barres de céréales et notre viande séchée – qui présentent

l'avantage de supporter la chaleur et d'être légères –, un tamia (petit écureuil) s'adonne à un vrai festin.

3e jour: diversion

Nous partons avant 8 heures et croisons de nombreux randonneurs. Des hommes pour la plupart, la vingtaine et seuls. De toute évidence, l'AT a la cote auprès des jeunes Américains. Plus tard, au Trail Conservancy de Harpers Ferry, nous apprendrons qu'en 2016, pas moins de 1500 personnes ont accompli le «thru-

hike» vers le nord, de la Géorgie jusque dans le Maine. En 2010, ils n'étaient que 747.

Sur deux miles, nous crapahutons à travers les rochers, puis arrivons au Washington Monument, une tour en pierres éri-





Au coin du feu, au refuge d'Ed Garvey, après une journée harassante.



Rencontre Une des 27 espèces de serpents du Maryland.



Le géant
«En randonnée sur l'AT, on découvre la vraie Amérique.»

Justin, plombier texan, a déjà parcouru certains tronçons de l'AT et vise maintenant le Maine.



gée en hommage au premier président des Etats-Unis. Rires sonores: voici de nouveau Marisha, Lisa, Donna et Ginelle, les quatre amies du Midwest en gouquette.

D'après la carte, une auberge se trouve sur notre itinéraire et, déjà, nous salivons à l'idée du repas qui nous y attend. Las! l'Old South Mountain Inn est fermé. Notre déception est immense. Heureusement, nous disposons d'un GPS portable – inutilisé jusqu'à présent, car sur l'AT, le chemin est parfaitement balisé. Notre Garmin Oregon 700 nous indique la présence de quelques restaurants à trois miles et, aussitôt, nous tentons notre chance en autostop. La première voiture sera la bonne. Dwayne, sympathique ouvrier du bâtiment, nous pousse jusqu'à Boonsboro, archétype de la petite ville américaine. Chicken Nuggets, Pepsi et café – après ce festin, nous revenons sur nos pas. Autre belle surprise de la journée: la douche chaude dans un camping. Sur l'AT, on apprend très vite à apprécier les plaisirs simples de la vie.

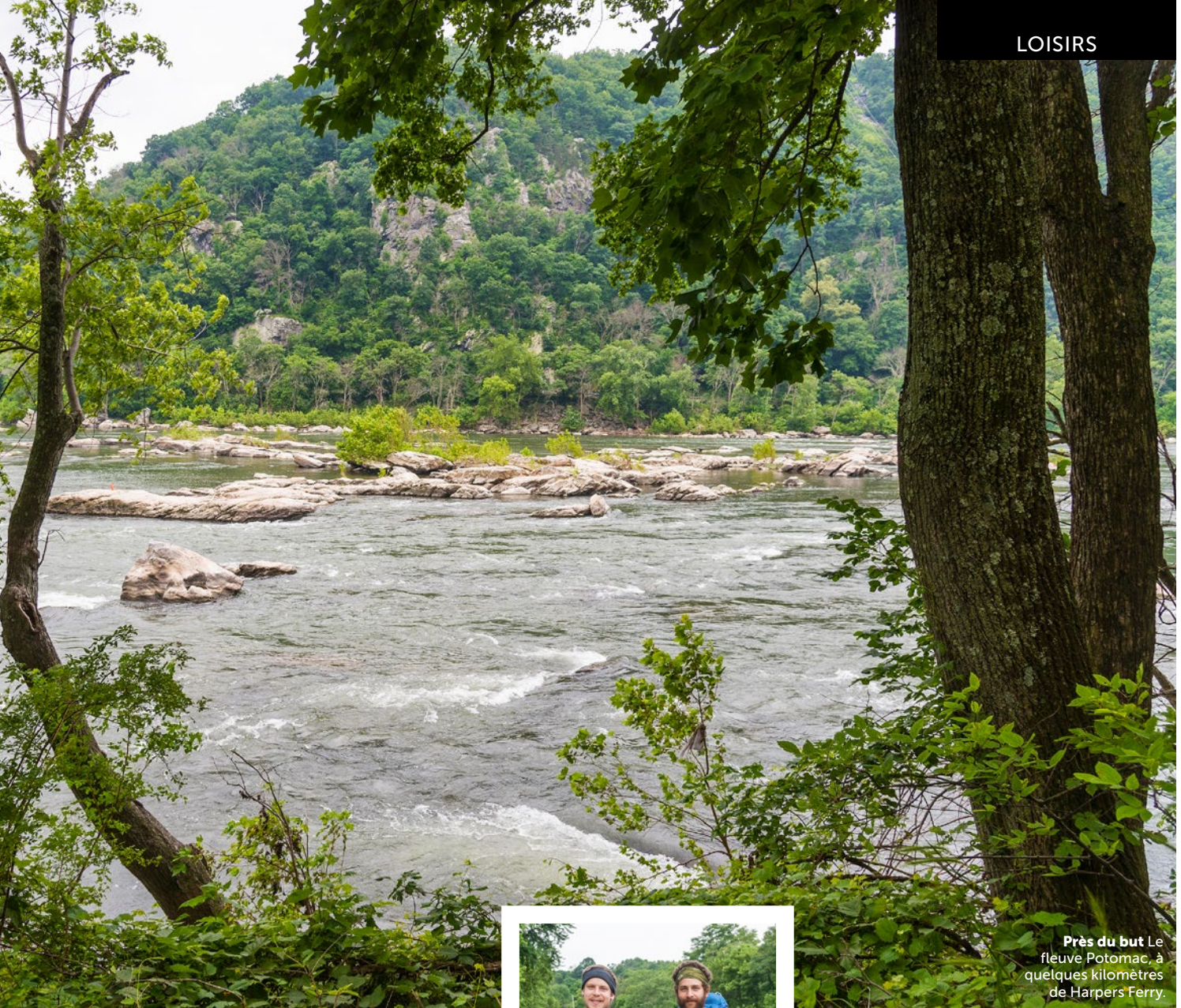


Un GPS portable, utile en dehors du sentier.

En soirée, nous atteignons le refuge de Rocky Run, à 25,5 miles de Pen Mar Park. Bel endroit, le refuge a l'air neuf. Une fois de plus, le quartette nous a devancés. Nous échangeons quelques mots avec une dame âgée en train de souper. Elle nous raconte qu'elle a travaillé comme infirmière pendant 40 ans et que, deux semaines après sa retraite, elle est partie du sud pour rejoindre le Maine. Pour elle, marcher seule ne constitue pas un problème. Et la randonnée, dit-elle, lui a appris l'indulgence. Nuit d'insomnie. Des bruits comme si on lançait des cailloux sur le toit. Puis, comme si quelqu'un faisait le tour du refuge en tongs. Je songe avec émotion au Bed and Breakfast douillet de Shawn à Harpers Ferry, notre destination.

4e jour: Jésus

Au programme, les 9,5 miles menant au refuge d'Ed Garvey. Tôt le matin déjà, la chaleur est accablante. Nous avançons en silence. Au bord du chemin, nous observons l'un ou l'autre petit serpent et des mini-tortues. Au Gathland State Park, nous faisons le plein d'eau



Près du but Le fleuve Potomac, à quelques kilomètres de Harpers Ferry.

avant d'attaquer les collines. Emanuel ploie sous ses 20 kilos et je tire moi aussi la langue. Quelques plaisanteries nous remettent d'aplomb.

Nous arrivons tôt. Il y a de la place au camping, mais il fait bien trop chaud pour bivouaquer. Un géant aux cheveux longs se tient assis devant le refuge. Justin vient du Texas et s'apprête à rejoindre le Maine sur le dernier tronçon du sentier. Lorsque Jésus – je l'appelle ainsi – nous montre fièrement sa hache et sa mini-tronçonneuse, je prie pour qu'il ne nous arrive rien pendant la nuit. Ces outils, nous rassure-t-il, lui servent pour découper le bois de chauffage. Justin, ancien soldat et plombier de troisième génération, est un peu sauvage mais très aimable. Il nous donne le numéro de portable d'un Trail Angel – personne qui aide les randonneurs en leur donnant à boire et à manger ou en les accueillant pour la nuit en cas de mauvais temps. Les marcheurs arrivent au fil de la soirée, dont un homme de 72 ans accompagné d'un petit chien. On discute, on échange des expériences



Les Suisses

«Sur le sentier, on apprend à se connaître soi-même et on découvre ses limites.»

Sebastian et Elmar entendent parcourir les 2190 miles en moins de six mois.

et des tuyaux. Le sentier, c'est aussi et peut-être surtout cet esprit de communauté, voire de communion qu'il suscite.

5e jour: l'arrivée

A 7 h 20 déjà, nous sommes en route pour échapper à la chaleur écrasante. Cette fois-ci, nous progressons vite. Peu avant les rives du fleuve Potomac, deux Suisses nous abordent – ils nous ont reconnus aux logos décorant nos sacs à dos. Sebastian, de Seftigen (BE) et Elmar, du Prättigau (SG) sont eux aussi des «thru-hikers». Ils sont partis de Géorgie en mars, ils entendent rejoindre le Maine durant le mois d'août. Leurs compagnons de route respectifs ayant dû abandonner en raison de problèmes physiques, ils ont décidé de parcourir la suite du chemin ensemble. Après avoir échangé quelques mots avec nos compatriotes, nous entamons notre sprint final. A 11 h 03, attablés dans un «deli» à Harpers Ferry, nous commandons des hamburgers. Résolument fiers d'avoir accompli la section Maryland du sentier des Appalaches. ♦





APPALACHIAN TRAIL
CONSERVANCY

On l'a fait! Le Luxembourgeois Marc, en revanche, a encore 1142 miles devant lui.



HARPERS FERRY

Hébergement:

accueil chaleureux chez Shawn et son Lily Garden Breakfast, dès 150 dollars par nuit (2 personnes, petit déjeuner à choix).
lilygardenbnb.com

Navette pour Pen Mar Park:

chez Harpers Ferry Out-fitters, env. 70 dollars.
theoutfitteratharpersferry.com

Visites: dans la partie inférieure de Harpers Ferry, des musées racontent l'époque de John Brown, qui, en 1859, déclencha une insurrection abolitionniste. A l'Appalachian Trail Conservancy, on trouve de multiples souvenirs évoquant le sentier.

A emporter dans son sac à dos

Avant le sentier des Appalaches, n'ayant jamais marché pendant plus d'un jour, je ne possédais qu'un petit sac à dos, des chaussures de randonnée, une veste de pluie et des bâtons. Mais un trekking de cinq jours implique un équipement plus étoffé et aussi léger que possible. Suivant les conseils d'un spécialiste, j'ai opté pour un sac de bivouac (moins lourd qu'une tente), un sac à dos grande randonnée d'environ 40 litres, un sac de couchage ultraléger, un matelas auto-

gonflant, un pantalon de pluie ultraléger, un chapeau de pluie, deux T-shirts en microfibrés à manches courtes, deux paires de chaussettes de randonnée en mérinos, un couteau multifonction, une mini-lampe USB ainsi qu'une gourde avec filtre.



Équipement de base:

- 1 Sac de bivouac Outdoor Research Helium Bivy, 453 g
- 2 Sac de couchage Mammut Kompakt Down Spring, 670 g
- 3 Matelas Mammut Kompakt Pump Mat Plus, 900 g
- 4 Sac à dos 40+7 litres Mammut Lithium Crest S
- 5 Bouteille Lifestraw Go avec filtres, 0,67 l
- 6 Pantalon de pluie Outdoor Research Helium, 152 g
- 7 Chapeau de pluie Outdoor Research Seattle Sombrero, 91 g
- 8 2 T-shirts à manches courtes Icebreaker Cool-Lite Sphere Low Crewe
- 9 2 paires de chaussettes de randonnée Icebreaker Hike + Light Crew
- 10 Couteau multifonction Opinel No. 8 Outdoor
- 11 Lampe USB Rubitec Bulb, 104 g

Mais encore:

Serviette à séchage rapide, lessive universelle biologique, trousse de premiers secours, accu solaire et, bien sûr, beaucoup de crème solaire.