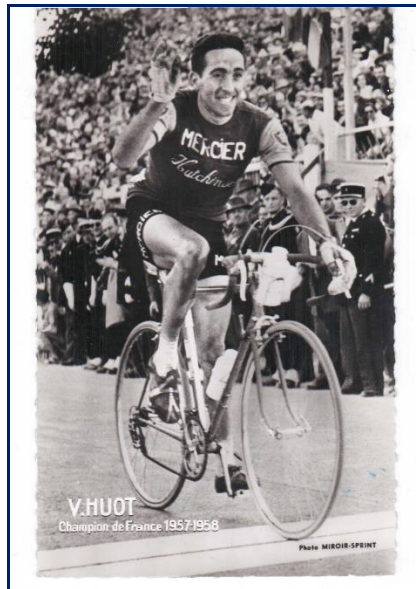


TOUR DE FRANCE 1961

L'histoire extraordinaire de Valentin-le-Désossé, une version moderne du tonneau des Danaïdes¹

Une performance hydrique difficilement croyable : boire soixante litres d'eau en moins de trois heures après un contre-la-montre du Tour de France de 74,5 km. Si l'on en croit le témoignage de Valentin Huot, ce n'est pas une galéjade. Récits et explications.

Certains récits d'anciens coureurs nous éclairent mieux sur les contraintes énergétiques de l'effort maximal que les plus épais ouvrages de physiologie. Nous nous sommes procurés celui de Valentin Huot connu dans les pelotons en raison de sa maigreur comme *Valentin-le-Désossé*.² Certains lecteurs se souviendront peut-être de lui. Coureur originaire du Périgord, il a fait une belle carrière professionnelle entre 1953 et 1962, remportant notamment deux titres de champion de France en 1957 et 1958.



Valentin Huot, cycliste professionnel de 1953 à 1962

Soixante litres d'eau

En feuilletant ses mémoires, nous sommes tombés sur un passage tout à fait extraordinaire où l'auteur raconte comment, au soir de la 19^e étape du Tour 1961, il a bu soixante litres d'eau en moins de trois heures. Oui, vous avez bien lu : soixante litres d'eau.

Recadrons les faits. Nous sommes à deux jours de l'arrivée à Paris avec, au programme, un méchant contre la montre de 74,5 kilomètres entre Bergerac et Périgueux. « Pour moi, le Tour de France sans soins spécifiques, c'était beaucoup trop physique », explique Valentin Huot qui participa tout de même six fois à l'épreuve. « Jusqu'à treize étapes, ça se passait bien, mais une semaine de plus, c'était terriblement pénible ! L'étape contre la montre fut remportée par Jacques Anquetil devant Charly Gaul sur les allées de Tourny. Quant à moi, de Bergerac à Périgueux même en connaissant toutes les routes, cela ne suffisait pas pour inquiéter les meilleurs et je terminai 38^e ! J'étais vidé de toutes mes réserves depuis Juan-les-Pins, **ce n'était pas quelques**

¹ Tonneau des Danaïdes : en référence à la mythologie grecque où les filles de Danaos, les Danaïdes, pour avoir assassiné leurs époux pendant la nuit de noces, furent condamnées, dans les Enfers, à puiser éternellement de l'eau dans des amphores sans fond. Cette légende symbolise l'effort vain qui consiste à vouloir remplir d'eau un tonneau sans fond.

² *Clous et vélo percé. Noblesse des pauvres.* – Manzac-sur-Vern (24), autoédition, 1999, 131 p (pp 80-82)

amphétamines qui allaient me gonfler les muscles, bien au contraire je savais que deux jours après c'était l'arrivée à Paris, je voulais terminer. L'hôtel réservé à mon équipe du Sud-Ouest dont je faisais partie était situé rue Wilson et portait l'enseigne "Hôtel de l'Europe". Il y avait dans cet établissement deux autres équipes. A chaque arrivée, bien évidemment, le personnel de l'hôtel-restaurant possédait les directives pour les repas et les boissons. Tout d'abord pour chaque coureur, dès l'arrivée dans sa chambre, deux litres d'eau minérale et un litre de lait y étaient déposés. Sans chercher à comprendre, trois litres de boisson étaient le minimum pour chaque coureur.

Une sensation de soif extraordinaire

Moi, par hasard, j'avais une chambre seul. Je consumai mes trois litres au bout de cinq à sept minutes, je pris mon bain et éprouvai encore une sensation de soif extraordinaire. J'appuyai sur la sonnette et demandai une caisse de bouteilles d'eau (douze unités). La serveuse me l'apporta sans s'étonner. J'attaquai ma buvette au goulot pour écouler une bouteille en trois reprises, cela demandait environ une minute et demie. **Au bout de quelques secondes, mon corps se mit à transpirer comme si je sortais du sauna mais la soif se faisait toujours identique.** Je n'ai pas à raconter toujours la même chose, bouteille par bouteille, je finis la caisse de douze unités plus les trois litres du départ, cela me faisait quatorze litres environ, puisque la bouteille d'eau minérale contenait 85 centilitres. Au bout d'un quart d'heure ou vingt minutes, je sonnai de nouveau pour une seconde caisse. Une autre serveuse m'en ramena une, mais elle me dit: combien êtes-vous ? Et moi de répondre: toute l'équipe! La soif étant toujours présente, mon gosier ne se lassait jamais de ce liquide me paraissant être le Bon Dieu qui passait dans tout mon corps tellement je ressentais la vie comme un poisson rejeté à l'étang! Je m'allongeai sur mon lit tout ouvert: les sueurs dégoulinèrent de mon corps jusqu'à imprégner les draps à les tordre. **J'en étais à vingt-six litres en une heure et quelques ! Toujours soif !** J'étais rouge, brûlé par le soleil comme tous les autres coureurs bien sûr. Je n'avais que des muscles liés aux os, sous une peau grillée mais aux pores bien dilatés. Quoi faire ? J'avais honte, isolé dans ma chambre, à deux jours de l'arrivée du Tour. Si je questionne le docteur du Tour, normalement il doit m'interdire de repartir ! Je descendis à l'accueil de l'hôtel et je me fis passer pour un autre coureur de l'autre équipe en demandant d'apporter une caisse d'eau minérale et de la déposer devant la porte numéro tant. Je récupérai ma troisième caisse de douze bouteilles d'Evian ! Je buvais, buvais, buvais ...

J'en étais à trente-sept litres

Au bout d'une heure et des poussières, ma caisse était vidée ! **J'en étais à trente-sept litres.** Que faire ? Je ressentis, malgré tout, une amélioration, la soif se faisait moins pressante, mais mon corps évacuait au fur et à mesure que je buvais, il n'y avait, à proprement parler, aucune saturation. Je redescendis au restaurant et demandai à un adolescent, apparemment dans le service, de monter une quatrième caisse d'eau à tel numéro de chambre, tout à côté de la mienne. Le jeune homme s'exécuta. Je pris la caisse et la rentrais dans ma carrée. Comme les emballages vides s'empilaient, je les mis en dehors de ma chambre et les distribuai le long du couloir pour montrer au service qu'ils avaient bien été livrés aux différentes équipes. Je me tapai mes douze bouteilles, un peu plus espacées les unes des autres. **J'en étais à quarante-huit litres en une heure quarante-cinq environ.** Enfin, je réussis à obtenir une cinquième caisse par le biais d'une femme de chambre qui alimentait la salle de massage en cas de besoin. Je me souviens avoir retiré de ce dernier colis toutes les bouteilles sauf deux et je remplaçai les pleines par des vides. **Voilà toute la vérité de mes soixante litres d'eau bus en l'espace de deux heures et demie maximum.** Allongé sur mon lit trempé, soudain quelqu'un frappa à ma porte. Cela faisait à peu près deux heures et quarante-cinq minutes que j'étais à mon hôtel. Je répondis "Entrez". C'était Gilbert, mon frère aîné, qui venait me voir. **Etonné de constater que je baignais dans mon lit, il me demanda pourquoi tant d'eau ! Je lui répondis que j'étais allé me doucher sans m'être ensuite essuyé.** Il trouvait ça drôle. Le lendemain de la plus grande soif de mon existence étanchée pendant l'étape Périgueux-Tours (309 km), j'avais beaucoup de mal à suivre le peloton, mais je n'étais pas seul à l'arrière. Cette étape était l'avant-dernière du Tour qui fut, pour moi, mon dernier Tour d'honneur avec des souffrances dont je ne me suis jamais plaint. »

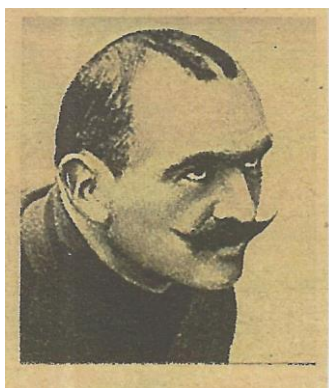
Une exagération typiquement marseillaise

A l'issue de sa carrière, le coureur a tout de même cherché à comprendre ce qui lui était arrivé. **Il en a parlé à trois médecins dont deux ont immédiatement décrété qu'un tel phénomène était**

impossible et qu'il s'agissait sûrement d'une exagération typiquement marseillaise. Personnellement, je comprends l'incrédulité devant la quantité invraisemblable d'eau absorbée - soixante litres en deux heures et demie - mais je partagerais plutôt l'attitude du troisième confrère qui prit l'histoire plus au sérieux. Signalons d'abord qu'on ne trouve aucun cas similaire dans la littérature médicale ; même dans les rapports d'armée où l'on relate pourtant des cas de déshydratation tragiques chez des soldats qui s'étaient perdus dans le désert à l'occasion de grandes manœuvres. Mais ici, **il semble que les conditions climatiques ne soient pas seules en cause, mais également l'action des amphétamines couramment consommées dans les pelotons cyclistes de l'époque**, ce que Valentin Huot confirme d'ailleurs dans son bouquin. Or ces médicaments ont la particularité de détraquer complètement les mécanismes de la soif. Ils entraînent en effet une hyperthermie du corps, une sudation importante, une sécheresse de la bouche, le tout associé à une augmentation de la diurèse; au point qu'une soif inextinguible après l'effort constitue un des symptômes les plus fiables de dopage. « *Quand une équipe consomme dix à douze bouteilles d'eau par match, c'est normal, expliquait un médecin du sport dans le quotidien Le Parisien* ³. *En revanche, si elle demande vingt bouteilles, c'est suspect. La prise d'amphétamines développe une soif incroyable. Un footballeur qui boit ses six bouteilles d'eau par rencontre est chargé. Je suis catégorique. Préférer de l'eau basique (Evian par exemple) plutôt que de l'eau acide (Vittel), c'est aussi un signe.* »

Hyppolite Aucouturier sur le podium des assoiffés

Surnommé *Le Terrible* en raison de ses impressionnantes bacchantes en crocs, de sa taille au-dessus de la moyenne et de sa force de turc,



Hyppolite Aucouturier, cycliste professionnel de 1900 à 1910

Hyppolite (*) Aucouturier participe à cinq Tours de France en remportant neuf étapes et en finissant 2^e en 1905 derrière Louis Trousselier, une autre légende de la même époque. À son palmarès, en dehors de nombreuses places d'honneur – et cela indique le tempérament du natif de La Celle dans l'Allier – on note une victoire dans Paris-Roubaix 1903, la classique de l'enfer du nord.

La même année, lors de son premier Tour de France, Aucouturier bien qu'ayant abandonné dès l'étape initiale, pouvait prendre le départ des suivantes mais n'était plus repris dans le classement général. Ainsi, le dimanche 05 juillet à l'occasion du 2^e round Lyon-Marseille, notre homme va être surexposé au rayonnement intense du soleil provençal et vivre une aventure proche, mais cependant à un moindre degré, de celle qu'a subi cinquante-huit ans après Valentin Huot.

C'est le journaliste Jean-Paul Vespini qui, en rédigeant son ouvrage sur « Le premier Tour de France » et pour cela après avoir compulsé le quotidien *La Provence Sportive*, présent sur les étapes du sud de l'Hexagone, fait renaître les contraintes hydriques exceptionnelles endurées par les géants de la route lors de cette 2^e étape : « À partir d'Avignon, tous les coureurs meurent de soif, le cagnard décuple leur besoin vital d'eau fraîche. Dans la traversée des villages, entre la cité des papes et Marseille, ils plongent à

³ *Le Parisien*, 28 décembre 1988

plusieurs reprises leur tête dans les fontaines et bassins : à Lambesc, à Salon-de-Provence, etc. A défaut de pouvoir chasser la canette, les coureurs pompent aux réservoirs des fermes à travers la campagne. « On s'envoyait des litres de flotte, mais comme on transpirait beaucoup, cela ressortait tout de suite. **J'ai dû boire trente litres dans la journée...** » confia plus tard Hyppolite Aucouturier. » (**)

Signalons pour mémoire que les premières amphétamines commercialisées l'ont été juste avant la Seconde guerre mondiale (en France, l'Ortétrine[®] est commercialisée en 1939), ce qui exclut qu'elles aient participé aux premiers Tours de France. A l'époque de Trousselier, les stimulants les plus courants utilisés par les As de la pédale étaient surtout à base de caféine, de strychnine, d'alcool et d'éther.

(*) Hyppolite : sur son acte de naissance, le Y est au début du prénom

(**) [Jean-Paul Vespini. - *Le premier Tour de France*, Paris, éd. Jacob-Duvernet, 2009, 251 p (p 108)]

L'inflation verbale des amphets

Soixante litres, cela fait quand même beaucoup mais lorsqu'on sait que les amphétamines agissant sur le système nerveux central poussent à l' « inflation verbale », on peut supposer que dans le décompte total, il doit y avoir quand même quelques bouteilles en trop. Pas sûr! il faut ajouter que lorsque le cycliste est déshydraté et la soif trop forte il se précipite sur tous les récipients pouvant contenir un liquide. A l'époque des faits décrits par Valentin Huot, la réhydratation pendant l'effort s'apparente à une faute technique (on en est toujours au précepte que l'eau « coupe les jambes » et circonstance aggravante le règlement n'autorise le ravitaillement que sur une ou deux zones délimitées par des banderoles suivant la longueur de l'étape). Dans cette situation d'assèchement extrême le coureur boit tout ce qui se présente à lui, même de l'alcool. Il n'était donc pas rare de voir des géants de la route, à la grande période de la chasse à la canette, « emprunter » aux spectateurs ou aux bistrotts rencontrés, des liquides au degré alcoolique plus ou moins élevé (Roger Walkowiak ⁴ du Chianti, Tom Simpson du cognac, Jacques Anquetil du champagne, etc.).

Bidon de vin supplémenté en sucre : un viatique cycliste...

D'ailleurs, à l'époque de *Valentin-le-Désossé*, **le bidon de vin ou de porto supplémenté en sucre faisait partie intégrante du viatique du cycliste dans le final d'une course ou d'une étape**. Pour un long contre la montre d'une durée avoisinant les deux heures comme pour Bergerac-Périgueux, épreuve exigeante s'il en est, Huot ne dit pas dans son ouvrage s'il a consommé ce type de bidon ergogénique. Sans pouvoir l'affirmer, on peut le supposer vu les habitudes hydriques du peloton des années 1960. Cette éventualité permet d'éclairer le lecteur sur les effets collatéraux de ce *coup de pouce* à la performance. En vérité, **l'alcool provoque une soif dévorante**. Non seulement, il accélère l'élimination de l'eau, ce qui entraîne la soif, mais encore a pour effet de transférer l'eau demeurant dans l'organisme de l'intérieur des cellules dans les liquides extracellulaires. Cette déshydratation partielle des cellules se répercute sur certains centres du cerveau, créant une sensation de soif très pénible et qui n'est pas totalement justifiée par le besoin en eau de l'organisme.

Au total, il est clair que dans ce record de litres d'eau avalés, **l'hyperthermie de l'effort, la surchauffe du soleil, l'absence ou la très faible hydratation pendant la course, l'épuisement nerveux, la consommation d'amphétamines et peut être d'alcool ont joué un rôle potentialisateur** en conduisant le coureur du Tour de France dans cette forme de délire hydrique. Digne du cheval du Baron Von Münchhausen. ⁵

⁴ Ce dernier nous a affirmé que, contrairement à ce que laisse supposer la photo où on le voit remplir son bidon avec une bouteille de chianti empruntée à un spectateur, c'est de l'eau que contenait la flasque.

⁵ Officier allemand du XVIII^e siècle connu par le récit de ses aventures extraordinaires, devenu en France *Le Baron de Crac*

Repères Valentin Huot

Etat civil

- Né le 01 mai 1929 à "Le Pommier", commune de Creyssensac et Pissot (Dordogne)
- Décédé le 21 novembre 2017 à Manzac-sur-Vern (Dordogne)

Surnoms

- *Tintinmilou*, *L'Homme de Creyssensac*, *Le Limousin Huotte* (par Georges Briquet, radioreporter à la Radio diffusion française), *Valentin-le-Désossé* (en raison de sa maigreur)

Caractéristiques morphologiques

- Taille : 1,72 m
- Poids : 60 – 61 kg

Famille cycliste

- Sur ses onze frères et sœurs, l'un d'eux – Paul – toucha à la compétition au début des années cinquante.

Carrière et palmarès

- Professionnel de 1954 à 1962, soit dix saisons
- Equipes : Terrot-Hutchinson (1953-1954), Rochet-Dunlop (1955), Mercier-BP-Hutchinson (1956-1962)
- Tour de France : six participations. Meilleur classement : 39^e en 1969
- Palmarès : 31 victoires professionnelles sur route dont le championnat de France à deux reprises en 1957 et 1958 ; Paris-Limoges en 1954, La Polymultipliée en 1955, le Critérium de la montagne (Mont Faron en ligne) en 1956, le Midi Libre en 1960

Profession d'origine

- Bûcheron ; chauffeur

Reconversion

- Fraisculteur : le magasin *Les Vergers de France* à Périgueux (Dordogne)
- Vélociste à Périgueux (Dordogne)
- Retraite en 1982

Miscellanées

- Antoine Blondin, l'écrivain-journaliste, fit ses débuts dans le Tour de France le 19 juillet 1954 lors de l'étape Bayonne-Pau. La première de ses chroniques à *L'Équipe* parue le lendemain avait pour titre « Les vacances de Monsieur Huot ». Ce dernier disputait lui aussi son premier Tour. Valentin-le-Désossé s'était détaché dans le Solor (1 474 m), ensuite le menu s'est avéré trop indigeste pour ce néophyte de l'épreuve. A l'arrivée à Pau, il termine avec près de quarante minutes de retard sur le vainqueur de l'étape, le Belge Stan Ockers. Huot abandonnera deux jours plus tard dans la 13^e étape Luchon-Toulouse.

