

Les Alpes à vélo ou quand l'effort sportif stimule la créativité

Par JEAN-DAVID PONCI

Nicolas Richoz est triathlète. Deux jours après avoir terminé son master en génie civil à l'EPFL, il se lance dans l'aventure de parcourir à vélo, avec son amie Coralie, les principaux cols des Alpes. Le but? En faire un livre. *Les Alpes à vélo* nous transmet ce que vit un cycliste: effort et ravissement, chaleur humaine et imprévus, joies intenses et déceptions; un ouvrage d'une grande richesse dont les photos, d'une qualité exceptionnelle, séduiront aussi ceux qui ne s'intéressent guère à la petite reine. La rigueur avec laquelle est planifié le parcours, la structure du livre, les cartes, les index nous révèlent également les qualités d'ingénieur de son auteur.

Le Regard Libre: Vous avez écrit un livre en photographiant les paysages de la plupart des cols et barrages des Alpes, que vous avez parcourus à vélo. Cela fait 9'600 km, 210'000 mètres de dénivelé positif et 55'000 photos. Quel est le but d'un tel projet: sportif, touristique, esthétique?

Nicolas Richoz: Le but de ce projet était de promouvoir ma passion pour le cyclisme et de traduire ce que je ressentais. J'avais envie que d'autres personnes parviennent à vivre la même chose. Ces émotions étaient beaucoup plus fortes dans l'environnement naturel. Je me suis dit que l'art a le pouvoir de transmettre ces émotions, en particulier la photographie qui était plus accessible pour moi.

C'est un moyen pour un non-cycliste de vivre ce que vous avez vécu?

Oui, pour leur donner envie de découvrir les paysages que j'ai photographiés. Et pour les cyclistes qui connaissent déjà le plaisir que procure le vélo, il s'agissait de leur donner l'envie de découvrir d'autres paysages que ceux qu'ils connaissent déjà.

Une question un peu provocatrice: pourquoi ne pas l'avoir fait en moto, d'autant plus que

vous portiez cinq kilos de matériel technique et cinq autres kilos d'habits à transporter sur votre vélo?

Je n'ai jamais fait de moto. Bien évidemment, je suis déjà allé sur plusieurs cols en voiture, mais cela n'a rien à voir. Le vélo procure des émotions par l'intermédiaire de l'endorphine, donc on se sent bien. De plus, le cadre naturel est un amplificateur des émotions. En exposant nos cinq sens pour profiter de la nature, avec cette dimension sportive en plus, lorsqu'on arrive en haut, on a l'impression de mériter le sommet. J'avais un sentiment de satisfaction énorme, qui décuplait ma créativité pour la photo et me faisait sentir vivant. Lorsque j'arrive sur un col en voiture, je ne ressens rien de tout cela. C'est comme si je sortais d'un arrêt de métro.

Dans votre livre, vous comparez cette sensation à l'excitation que l'on ressent en attendant un cadeau.

Oui, à la page 307: «Plus l'ascension est longue, plus la récompense sera belle. Je roule des kilomètres depuis plus de quatre heures sans connaître le cadeau qui va s'offrir à moi. [...] J'essaie de me représenter la scène qui va se dresser devant moi dans l'espoir de deviner ce qui se trouve – Suite p. 48



Le triathlète Nicolas Richoz, auteur des *Alpes à vélo*, et son épouse Coralie © NICOLAS RICHOS

à l'intérieur de l'emballage. Une fois sur le barrage, c'est Noël! Je déballe mon présent pour découvrir le trésor qui se cachait derrière ce mur de pierre. La levée du rideau me dévoile un paysage somptueux.»

C'est aussi une aventure à deux sur la moitié du parcours environ. Est-ce que cela a renforcé votre vie de couple? Comment votre épouse Coralie a-t-elle vécu cela?

Nous avons déjà une relation très solide à la base, mais je pense que cela l'a renforcée. Autant elle que moi, nous nous sentions bien dans nos corps quand nous avons passé une belle journée à photographier ces cols. Si chez les deux personnes il y a un sentiment de satisfaction similaire, cela prouve pour moi que nous partageons une passion et que c'est la bonne personne. On a des activités qu'on aime faire ensemble. Par la suite, la conception du livre, qui a duré 9 à 10 mois, faisait partie de nos discussions quotidiennes. Cela a renforcé notre vie de couple parce que cela nous donnait un projet commun.

Et qu'en est-il des rencontres sur le parcours?

La grande différence, c'est qu'à deux, on a un équilibre social qui se suffit à lui-même. On n'a pas besoin d'aller vers les gens et, comme on est deux, cela dresse une certaine barrière, et les gens ont moins tendance à venir vers nous. A l'inverse, quand j'étais seul, je sentais le besoin de parler avec les gens du projet du voyage. Et de manière réciproque, quand les gens me voyaient avec un appareil photo sur le dos, ils me demandaient ce que je faisais là.

Vous avez dû faire des cols en fin de saison. Comment avez-vous géré le froid?

J'ai terminé le voyage le 22 novembre et j'ai fait

tous les cols de plus de 2000 mètres avant la mi-octobre. Je ne suis jamais tombé malade du froid. Je pense que les premiers mois d'été ont renforcé mon système immunitaire. Lorsqu'il faisait froid, j'avais la chance d'être bien équipé. Je comptais environ sept couches pour le haut du corps et trois pour le bas. Le plus dur, c'était de s'arrêter sur le col, de couper l'effort, de refroidir le corps et d'attendre une heure, voire deux pour faire les photos.

Quel est le record de froid?

Je pense que c'était en plein été, en Italie, les trois cimes de Lavaredo à quatre heures du matin. Il devait bien faire -5 °C.

Pour avoir des images d'une telle qualité, vous avez suivi une formation en photographie...

Oui, à l'institut de photographie de Genève. C'est une formation de douze mois avec des cours en ligne. A part cela, il fallait apprendre à piloter le drone, mais c'est quelque chose qui est très intuitif avec les appareils actuels. J'ai juste suivi une formation de pilote de drone de deux jours pour avoir un papier, car en

2019 c'était indispensable pour voler en France.

Maintenant que vous avez cette expérience, seriez-vous prêt à refaire cela pour l'Himalaya, les Andes ou les Rocheuses? Comment voyez-vous votre avenir?

Je ne sais pas quel est mon avenir. Pour l'instant, je travaille dans un bureau d'ingénieurs à Bienne. Si je pouvais vivre en faisant ce genre de livres, je signerais tout de suite.

Mais quand vous aurez mis suffisamment d'argent de côté, pensez-vous que vous repar-

.....
«Le vélo procure des émotions par l'intermédiaire de l'endorphine, donc on se sent bien. De plus, le cadre naturel est un amplificateur des émotions. En exposant nos cinq sens pour profiter de la nature, avec cette dimension sportive en plus, lorsqu'on arrive en haut, on a l'impression de mériter le sommet. J'avais un sentiment de satisfaction énorme, qui décuplait ma créativité pour la photo et me faisait sentir vivant.»



Le barrage du val di Lei sous la surveillance du Pizzo Stella entre la Suisse et l'Italie. © NICOLAS RICHOTZ

tirez? Cela vous a pris deux ans, donc il faut que vous ayez des réserves financières.

J'ai vécu deux ans chez mes parents, donc j'avais l'avantage de n'avoir aucune dépense et les 12'000 CHF qui étaient nécessaires pour ce voyage, c'est l'argent que j'avais mis de côté petit à petit, durant les études et l'armée. C'est difficile de quitter le travail, parce qu'on a une stabilité financière, mais je pense que je le ferai, le jour où j'aurai vraiment l'envie de recommencer un projet comme celui-ci.

Et dans quel projet aimeriez-vous vous lancer?

J'aimerais bien promouvoir d'autres chaînes montagneuses. Je pense aux Pyrénées, au Caucase, à l'Himalaya, mais aucune n'est aussi grande et aussi bien aménagée que les Alpes pour le vélo de route. C'est vrai que cela me trotte dans la tête de refaire ce genre de voyage. Une autre solution

serait de mettre en lumière davantage une région alpine un peu plus en détail comme les Dolomites ou le Valais. En tout cas, mon objectif n'est pas de faire un voyage pour moi et de le partager, j'ai envie de promouvoir une région et de proposer quelque chose de structuré pour un lieu précis. A part ça, j'aimerais réaliser un petit documentaire avec des séquences filmées sur mon voyage. ■

Ecrire à l'auteur: jean-david.ponci@lerégardlibre.com

Nicolas Richoz
Les Alpes à vélo
 Editions Slatkine
 2021
 528 pages

