

LA GAZELECTE n° 7

athlétisme Ile de France

Septembre 07



Par une belle matinée de juin sur le pré de Choisy ils font corps sur le marathon-relais

Editorial

Beaucoup d'entre nous ont sûrement trop de dossiers à traiter, trop d'entraînements à suivre, trop de matchs à regarder, trop c'est trop et la vie de la section peut s'en trouver altérée.

Heureusement il ya Alain B. qui inlassablement relance, peaufine des articles, augmente régulièrement la capacité mémoire de son ordinateur afin de pouvoir toujours assurer l'édition de la gazette.

Ainsi, après plusieurs relances, je n'ose plus répondre au téléphone, ouvrir mon LOTUS préféré de crainte d'avoir à répondre de mon retard.

Ce soir, je ne me coucherai pas tant que l'article plusieurs fois demandé ne sera pas écrit.

Je vous souhaite donc une excellente gazette, que les timides n'hésitent pas à narrer leurs exploits afin de toujours alimenter cet organe de communication sportive.

A bientôt du côté de SEDAN, de SERBONNES ou d'ailleurs, en short et en tennis.

Patrick TARJON

Sommaire

Page 1	Editorial
Page 2	Les 101 km de Steenwerk
Page 4	Au Luxembourg et résultats franciliens
Page 5	Concours cinéma/marathon de Paris 2007
Page 6	Des trolls aux Pyrénées

Les 101 km de STEENWERCK (17 mai 07) par J-P BRIARD

Pour cette Ascension 2007, rendez-vous des ultra-runners de la section et ce pour en découvrir avec ce 100 bornes bien installé dans l'univers de l'ultra fond. Deux départs sont proposés, l'un vers 19h00 pour une durée de 24 heures, l'autre à 6h00 pour une durée de 13 heures maxi.

Luc M. dit ? Mimoun ?, Joël C. dit ? Jojo ?, Lionel R., Pascal C. dit ? Calou ?, Chantal C. dit ? La Championne ? et moi-même sommes sur la ligne de départ. Pour la plupart, nous étions déjà là il y a cinq ans mais, est-ce le fait du temps passé ? Les performances de certains seront en retrait. Mimoun avec ses 10h01 aimerait bien réitérer, pour ma part mes 10h38 (1er V3) me font espérer que moins de onze heures ne serait pas pour me déplaire.

N'oublions pas notre ami Jeannot qui prendra le départ du marathon avec son copain Pierrot et ce ne sera que son 103ème peut-être un peu frileux ? Sûrement aurait-il pu continuer l'aventure, il n'aurait pas été à ça près... le bougre !

La qualité d'un club d'amis passionnés par une activité commune est un plus appréciable. En effet, pour la plupart d'entre nous est adjoint un suiveur vélocipédique : Jojo est aidé de Vincent, La Championne est suivie par Marie-Hélène, Calou est drivé par Gilles 3P., pour ma part Jérémy va s'occuper de moi comme un fidèle St Bernard.

Six heures, c'est sous une pluie bien installée que le départ est donné, une petite boucle de quatre km dans la ville puis cinq tours d'environ dix-neuf km nous attendent. Nous sommes quarante-quatre partants, parcours plat dans la campagne du nord, les seules difficultés résidant dans le passage des deux ponts franchissant la ligne du TGV.

Lionel part bille en tête, sa foulée est belle. Pour le reste de la troupe nous sommes plus prudents et restons groupés, bientôt rejoints de nos suiveurs. Nous essayons de nous caler sur un petit dix à l'heure, la pluie va durer trois heures, elle aura l'élégance de s'arrêter pour le départ du marathon et c'est sous un soleil sympa que nous terminerons l'épreuve.

Deux heures et demi plus tard, nous revenons sur Steenwerk, nous ne sommes pas loin des vingt-trois kilomètres et demi réalisés mais dans l'euphorie nous suivons à tort un concurrent au lieu de nous occuper du marquage au sol et nous voilà repartis pour un tour supplémentaire dans la ville avant de revenir vers le Q.G. De la course ... Tant pis! Un kilomètre de plus pour des cent-bornards qu'est-ce que cela !

Dans ce deuxième tour, notre groupe se disloque quelque peu, chacun prend sa place, Lus très régulier creuse l'écart, Jojo démarre également, Chantal, Pascal et moi-même devisons de temps à autre pour faire passer le temps. A la fin de notre deuxième tour nous sommes un peu déçus de ne pas voir nos deux marathoniens nous ovationner avant leur départ mais après réflexion, normal, ils étaient en pleine préparation psychologique ...

Dans le troisième tour, nous rattrapons Jojo mais quelque temps après il va se régénérer et repartira sur un bon rythme qui n'est pas le nôtre. Chantal ralentit, son genou gauche se rappelle à elle de plus en plus. Je suis toujours avec Pascal, à chaque ravitaillement je repars sans tarder car Pascal me

rattrape aisément, son allure naturelle étant légèrement plus rapide que la mienne. Ce quatrième tour est le plus difficile, déjà soixante bornes dans les jambes et dans la tête on se dit qu'il y en a encore un. Lionel est réapparu mais malheureusement après le massage il ne repartira pas,



il n'a plus de jambes, sept heures, soixante kilomètres c'était un bon rythme. Chantal teste son stapping mais la douleur reste tenace au genou, elle se résout d'arrêter après huit heures et demi de course.

Dans ces derniers tours, nos suiveurs nous mettent la pression : Gilles nous engueule lorsque la marche se prolonge plus qu'à son goût, Jérémy fait quelques sprints voulant nous aspirer dans sa course. Dur ... dur ... Heureusement soleil et vent mélangent leurs effets agréables, ça aide ! Nous bouclons enfin ce quatrième tour, les kilomètres semblent avoir été mesurés avec un élastique et dire qu'il va falloir repartir !

Jojo s'est trouvé des ampoules, il rend visite à UN podologue, un peu déçu que ce soit UNE. Nous sommes donc repartis avant lui, les soins ayant été pertinents, il nous rattrape, fait quelques kilomètres avec nous et progressivement s'envole à la conquête des semelles de Luc aidé de Vincent, son suiveur, bien plus cool que son précédent accompagnateur de Millau.

Les marathoniens fraîchement douchés nous rejoignent, à vélo, sur le bitume, Pierrot aide Luc dans ce dernier tour, Jean est venu nous booster comme il se doit. Dans cet ultime périple Pascal propose bises et autographes aux ? ravitailleuses ? car cinq tours ça crée des liens ! Dans la tête on essaie d'oublier la fatigue en pensant radement à l'arrivée prochaine. Gilles nous dit ? Ca va, dix à l'heure c'est pas mal ! ? Chantal et Lionel à vélo sont venus nous rejoindre vers le 97ème kilomètre, ils nous donnent des nouvelles de nos deux lièvres. Il paraît que Luc aurait un peu de mal à finir, quant à Jojo, il semblerait garder dev sa vélocité. Pascal sent l'écurie, je le suis avec difficulté mais je m'accroche ...

OUF, c'est terminé! Spectateurs et coureurs déjà arrivés nous applaudissent, ça fait du bien. Marie-Hélène en voyant mes yeux rouges semble des plus inquiète, après quelque moment de repos elle sera rassurée.

Le premier termine en 7H42 (1er V2), le second en 8H19 (1er S) ... le douzième en 10H41 (1er V3), ... le **quinzième Luc** en 11H14, le **dix-septième Jojo** en 11H33, **dix-neuf et vingtième Pascal et moi** en 11H45 juste devant la première féminine.

Cette fois, je ne suis que deuxième V3 et n'aurai pas droit à la coupe, tant pis ! Terminer une telle épreuve c'est ça la vraie victoire.

Jean et Pierrot ont fait leur marathon, de concert en 4H08, au rythme d'un marathon par semaine*, ça reste respectable.

Dernier exploit, Jérémy a réalisé son premier 100 km à vélo, c'est beaucoup d'honneur pour moi de l'avoir eu comme suiveur référent.

Bravo à nous tous et maintenant ... Faut pas mollir ... Tous à Millau !

*Petit détail : Pascal et Jean, pour se décrocher, ont cru bon de faire le marathon du Luxembourg deux jours après, en 4H17, rien que ça !

Au Luxembourg (le 19 mai 07) par Pascal COMTE

Après notre déplacement dans le Nord à Steenwerk, nouveau périple au Luxembourg avec au programme soit le semi soit le marathon.

Le parcours est dans la ville avec pas mal de faux plats, beaucoup de spectateurs sont présents. Le départ des deux épreuves est commun et est donné à 18H.

L'arrivée fut sublime, avec dans les deux cents derniers mètres des éclairages à la bougie de chaque côté de la route et un accueil final dans une superbe salle polyvalente où un tapis bleu accueillait les arrivants du semi et un tapis rouge ceux en terminant avec le marathon. Confettis et photos complétaient la fête !

Semi : Gilles Schnaiderman 1H58' 1436ème sur 350 partants

Marathon : Jean Berland 4H17' 1124ème

Pascal Comte 4H17' 1125ème sur 1685 arrivants

Résultats franciliens du mois de juin

A Chevilly Larue le 01/06/07 sur **10 km** (131 classés)

A. Thébaut	40' 38"	27e	(9e V1)
P. Lanchas	41' 04"	33e	(7e V2)
L. Mathé	41' 24"	36e	(14e V1)
P. Comte	44' 32"	59e	(22e V1)
L. Rota	46' 32"	66e	(11eV2)

A Brunoy le 02/06/07 sur **10 km** (519 coureurs)

H. Lefebvre	35'	18e	(6e V1)
L. Mathé	40'39"	77e	
J. Croisy	40'50"	83e	
P.Comte	44"32"	155e	
L. Rota	46'26"	191e	
B. Bouston	47'09"	211e	
O. Tarjon	48'36"	258e	
V. Mercier	49'11"	272e	
G. Schnaiderman	51'09"	312e	

Quant à Jérémy Comte il a effectué la course de 1,8 km en 7'08", bravo pour ta volonté et ta persévérance !

Relais-marathon de Choisy (le 24/06/07) 368 équipes de 4 coureurs classées, l'équipe gagnante mettra 2H 12' (record de l'épreuve)

Etaient présentes 8 équipes du Gazelec, deux relais font moins de trois heures :

Marc C.- Mathieu C.- Jean-Noël S.- Alain T. = 2H 55' (50ème)

Pascal C.- Joël C.- Pascal L.- Mario F. = 2H 59' (63ème)

Ensuite viennent :

Vincent M.- Cyril N.- Erick B.- Cyril V. = 3H 15' (133ème)

Gilles S.- Sébastien S.- Laurent S.- J-Pierre D. =3H 25'

Olivier T.- Benoît B.- Cyril C.- Laurent M. = 3H 31'

Marine S.- Sébastien C.- Jérémy C.- Jonathan G. = 3H 32' la relève est assurée, allez les jeunes !

Lydie S.- Chantal C.- Sylvie T.- M-Christine J. = 3H 38' Bravo mesdames

Jean T.- José S.- Dominique M.- Philippe L. = 3H 51' il faut bien assurer la pérennité du club

Au relais jeunes 4 X 500m Jérémy C.(encore lui)- Florent S.- Robin S.- Clément O. réalisent 8' 47"



Et la farandole relais continue à Choisy ...

Podium du concours-cinéma (titres à dénicher dans le récit du marathon de paris 2007 rédigé par Marc Chassagnard)

1ers Sylvie et Jean Tellaa avec 102 réponses qui ont été ramenées à 90 après délibération du jury (Marc présentement).

2ème Olivier Tarjon, digne fils de son père qui a brillé aux abonnés absents sur ce coup là. Mention spéciale à ce cinéphile qui avait même indiqué le nom des réalisateurs, comme Sylvie il avait étiré sa liste avec des courts métrages ou avec des films hongrois jamais diffusés en France pour arriver à 80 titres ramenés à 72 après avis du même jury inquisiteur.

3ème la famille Bidot, Monique et Alain qui ont troqué 60 titres.

Bravo à ces trois participants et à bientôt pour de nouvelles aventures ...

La remise des deux billets de cinéma au couple Tellaa aura lieu à Serbonnes en novembre

Les résultats concernant l'autre concours-cinéma sur le texte du marathon de New-York 2002 paraîtront dans notre prochaine édition.

Des trolls aux Pyrénées, un tout petit monde ! Par Claire GARBAGNATI

A l'occasion, sur quelques courses comme le Marathon de Paris ou la Voie Royale à Saint-Denis, ? nous ? (c'est à dire une fine équipe à géométrie variable sous la houlette de l'? affreux JR ?) poussons des handicapés en fauteuil roulant le long du parcours, l'occasion pour eux de sentir l'ambiance de la course et aussi parfois de faire une belle balade : il est tellement rare pour eux de pouvoir s'offrir une ? traversée de Paris ?.

Plutôt amatrice de sentiers montagnards que de bitume, je me suis naturellement tournée vers UMEN, association pyrénéenne qui organise de multiples activités de montagne pour les handicapés, été comme hiver.

Ainsi pour l'Ascension, je suis allée faire un petit tour dans le Val d'Azun, en randonnée ? joëlette ?, sorte de fauteuil roulant tout terrain.

Comme nous étions quelques participants ? étrangers ? à ce week-end prolongé, les Pyrénées se sont acharnées à nous démontrer combien leur barrière parvenait à faire craquer les nuages, et nous avons eu notre lot d'averses généreuses.

Vendredi, unique jour de beau temps, nous avons fait une balade entre les cols de Couradique et du Soulor.

Lors d'une pause près d'un petit lac envahi par la tourbe, et alors que nous étions pendus aux lèvres de l'accompagnateur dissertant sur la sphaigne, un petit lutin sautillant nous double et se retourne : ? c'est pas vrai !!! ?.

Christian Mainix, dont la fameuse grange est juste en contrebas, trottinait son entraînement quotidien. Toujours aussi véloce, même s'il dit que non, désolé de ne pouvoir participer aux 6 jours de ? chépaou ? (? tu te rends compte, pour une fois qu'il y a un 6 jours en France ? ... Bof, non, je ne me rends pas vraiment compte ...), m'annonçant la course des Fiancés pour août, déplorant le fait qu'il n'y ait plus de place pour l'UTMB, seulement pour la moitié, etc, etc et bien sûr, friand de nouvelles de ses compagnons des routes et chemins, franciliens ou non, et en particulier Jeannot et bien-sûr notre JP trollien.

Le brouillard se faisait de plus en plus dense, l'eau du lac moussu commençait à fumer, et notre petit lutin est reparti en sautillant et a disparu dans les montagnes vaporeuses ...

Il vous embrasse tous.

Et il me l'a répété : il n'a jamais voyagé avec FRAM !!!



PS : Merci Christian pour l'invitation à la course des Fiancés, que je n'ai pu honorer : rendez-vous pris pour 2008 !

**Pour en savoir plus sur le club, n'hésitez pas à aller sur le site
<http://us-gazelec-athle.lb-conseil.com/siteusgazelec/president.htm>**

Secrétaire de rédaction et mise en page : Alain Bidot (a.bido@free.fr)