

LA GAZELECTE n°9

athlétisme Ile de France Septembre 08



Les athlètes du Gazélec en pleine préparation estivale à Salers ...

Editorial

La vie revient vers cette gazette !

En effet, J-Pierre, Marc, Alain ont su, à travers leurs témoignages, nous narrer leurs belles épopées.

Les prochaines semaines, fertiles en événements, devraient nous permettre d'accrocher de nouveaux scribes. Je pense à l'ANDALOUSIE, à l'Assemblée Générale, au marathon de La Rochelle, à Issy les Moulineaux , ...

Que tous ceux, nombreux, je l'espère, qui veulent se lancer, pas d'hésitation, Alain fera tout son possible pour vous « faire paraître » dans les meilleurs délais. Il possède maintenant tous les logiciels, tout le matériel de pointe pour sortir des gazettes à pas cadencé.

J'espère que vous prendrez toujours autant de plaisir à lire ce numéro 9.

A bientôt sur les routes.

Que le plaisir continue de vous accompagner ...

Patrick Tarjon

Sommaire

Editorial	1
Quelques courses	2
Belvès	3
Salers	4
Foulée du festeyre	6
Petite remarque	8

Brèves et chiffres

A ce jour, notre redoutable et dévoué trésorier (l'ami Marc) n'a reçu que 24 renouvellements de licence. Il serait vivement souhaitable que les autres athlètes de la section (environ 40) suivent « Mario » qui pour une fois est arrivé en avance à un rendez-vous, il a envoyé sa licence 08-09 depuis le 24 juillet de cette année.

Bienvenue aux nouvelles et nouveaux adhérents de notre section : Claudine MARTIN, Vincent GROT, Pierre GUHUR, Philippe MAMAN

Au fait Jeannot (Berland) as-tu eu le temps de participer aux 1000 km de France ? Il est vrai que cette épreuve est réservée aux coureurs d'expérience, ce n'est peut être pas encore ton cas !

Quelques dates à retenir pour cette fin 2008

- Sam. 13/09 Trail d'Ay-Champagne (51) sur 15 ou 30 km
- Dim. 14/09 8 km et semi de Bois d'Arcy (78)
- Dim. 21/09 Semi du Perray en Yvelines (78)
- **Dim. 28/09 Championnat régional FFA/Entreprises d'athlétisme à Goussainville (95)**
- Dim. 05/10 Sedan-Charleville (08)
- **Dim. 19/10 Voie royale à St Denis (93) sur 5 ou 10 km**
- **Dim. 02/11 Entraînement commun au parc de Sceaux (92)**
- Dim. 16/11 Semi de Boulogne-Billancourt (92)
- **Sam. 22/11 Assemblée générale de la section à Serbonnes (89)**
- Dim. 30/11 Marathon de La Rochelle (17)
- **Dim. 14/12 Corrida d'Issy les Moulineaux (92) sur 6 ou 10 km**
- Dim. 28/12 Corrida de Houilles (78) sur 6,9 ou 10 km

Belvès par J-Pierre Briard

BELVES version 32, nous étions là.

Millau, Steenwerck, Belvès, ... vous avez dit 100 bornes ? Sitôt dit sitôt fait les ultra-runners du Gazelec sont là.

En ce beau samedi de mai la fine fleur est sur les dents, Jean Berland notre V4, Christian Mainix notre champion du monde, Pascal Comte dit Calou, l'incontournable, Lionel Rota notre lièvre, Joël Croisy dit Jojo aux allures impressionnantes, Gilles Schn..., dit Gillou, remarquable en 3^{ième} mi-temps. Bravo à Pascal Lanchas qui est entré de plain-pied dans notre club, la relève est assurée. Vincent Mercier et Alain Boucher qui quelque peu frileux feront les 100 bornes à vélo.

Nous retrouvons également José Martos, Christian Gossens qui accompagnent Isabelle Lanson. N'oublions pas également Pierrot et Claudine toujours présents lors de nos déplacements et cerise sur le gâteau nous retrouvons Jeannot Gaulin et Marie Claire qui furent nos heureux initiateurs sur Millau dans les années 80. Quant à moi, je prends le départ de mon 19^{ième} 100 bornes avec 65 km d'entraînement sur les 2 mois précédents, comme vous le voyez je ne risque pas le surentraînement !

La beauté du parcours est impressionnante, surtout quand le soleil est surreprésenté, courir au bord de la Dordogne, malgré les difficultés, quel ravissement !

8 heures le départ ! bien entendu nos lièvres décollent à vive allure, il faut entendre Jojo, Lionel et notre V4, ils sont impressionnants. Pour le reste de l'équipe nous sommes plus prudents, Christian « le chrono » gère à 10,5 à l'heure, Calou un peu devant nous, Pascal L et moi-même assurons le 10 de rigueur (10^{ième} 1h, 20^{ième} 2h02, 30^{ième} 3h05, 40^{ième} 4h15, ...), nous doublons Gillou qui devise avec Isabelle, quant à nos marcheurs (Claudine, Marie Claire, et Jeannot G) ils sont pleins de déterminations.

Patricia, la charmante épouse de Pascal L fait des sauts de puce en voiture pour nous reconforter et assurer le reportage photos. Alain et Vincent encadrent Calou, Pierrot à vélo fait des va et vient et nous renseigne de l'état de fraîcheur des troupes.

Les 50 premiers Km se déroulent dans l'ensemble bien, sauf Jojo qu'un « bobo » au pied contraint à stopper, et ce en 5h10, quant à Gillou 50 suffiront (6h35), comme ça il pourra mieux gérer les restes de punch ! Quand la nouvelle arrivera jusqu'à nous Alain et Vincent seront des plus inquiets ... après renseignement : « il en reste ».

Notre V4 déboule en 5h05, Christian « le chrono » envisage de terminer à 8 à l'heure, quand j'arrive, en 5h22, Calou repart. Pascal L ralentit quelque peu, il arrive en 5h30, je l'attends pour repartir.

La Chaleur est au top, il fait au moins 30°, quel bonheur que de pouvoir s'éponger. La chaleur commence à faire du dégât, Pascal L a du mal à me suivre, je l'attends mais il peine à recoller. Patricia, là au 65^{ième}, son attirance pour sa femme sera plus forte que la ligne d'arrivée, se faire dorloter ...ça fait du bien. Pour ma part je rattrape Calou à la Roque Cajeac (65^{ième}), nos 2 suiveurs rêvent d'une bonne bière. Je passe d'un Pascal à l'autre, sur des courses de ce type c'est important de s'entre aider. Vers le 68^{ième}, quel étonnement, nous rattrapons notre champion du monde, lui aussi la chaleur sabre ses capacités, nous sommes donc 3 à repartir. Durant ce temps nous apercevons Lionel sur le parcours, il nous a mis 5 bornes dans la vue, ça fait beaucoup pour le rattraper. Christian et Calou décident de marcher dans les côtes, je les incite à courir sur le plat mais bizarrement ils voient des côtes un peu partout. Je reste avec eux, ça me permet de ne pas exploser ! Vers le 75^{ième} Christian veut abandonner, heureusement je le dissuade, il repart avec nous, mais petit à petit nous le distançons. Sur le parcours nous avons le temps de nous habituer aux concurrents qui ont une allure semblable aussi nous discutons avec Aline, 35 ans, qui coure son 1^{er} 100 bornes. Nous avons du mal à atteindre le 90^{ième}, ouf ! ça sent bon. Je suis Aline dans sa course, Pascal me dit « continu je te rattraperai », comme j'ai eu l'impression de ne pas trop forcé j'accroche la jeune dame jusqu'au 98^{ième}, je ralentis un peu me disant que je ne suis pas à quelques minutes près, quelle erreur !

Pendant ce temps Jeannot arrive en un temps canon de 12h25 et en prime 1^{er} V4, vraiment pour une reprise sur 100 bornes « Chapeau bas ».

Pour ma part j'arrive en 12h33 à 1 minute05 du 3^{ième} V3, Lionel vient à ma rencontre et me raconte ses déboires, arrêt au 81^{ième} Km, cause coup de chaleur. Calou, sur mes talons, arrive en 12h37, il est 3^{ième} de la délégation. 13h11 ! pour Christian c'est sûrement son plus mauvais temps néanmoins quelle abnégation ...bravo ! Christian G boucle l'affaire en 13h36, José M abandonnera vers le 65^{ième} obligeant Isabelle à terminer seule en 16h39, bravo Isa la fin a dû être dure.

Sur le front des marcheurs Claudine fait un temps remarquable en 15h08, et Jeannot G fera 17h22 content d'avoir bouclé au moins son quarantième. Marie Claire, pas en forme, arrêtera vers le 25 ... la chaleur aura fait son œuvre, pensez plus de 180 abandons sur 600 partants De toutes façons Bravo à Tous !

« Salers sur Brel » par Marc Chassagnard



La Pastourelle, petit week-end entre amis : Salers 2008

Pour vous raconter notre week-end en Auvergne, pour une fois, je ne vais pas vous parler de cinéma ou de livres (j'en ai quand même glissé un peu), je ne vais pas non plus vous pousser la chansonnette, heureusement car il a plu suffisamment pendant la course. Je vais juste vous évoquer quelques chansons, mais pas n'importe quelles chansons, celles du **grand Jacques**.

En effet je ne sais pas pourquoi, mais quand j'étais dans les puys, souvent des couplets me revenaient en mémoire, m'aidaient à continuer, me faisaient penser à autre chose qu'à cette fichue course et m'empêchaient de maudire l'olibrius qui nous avait entraîné dans cette

galère. Voici pourquoi je vais parsemer mon texte d'extraits ou de titres de chansons de notre grand belge surnommé l'abbé par son pote Brassens. D'abbé, il en avait sûrement l'allure, mais son discours n'avait rien d'un prêche et sa vie a été loin d'être monacale.

Je n'avais pas parlé de **plat pays**, ni du charme de **Knokke le zoute** pour vous vanter la course, l'étude du profil de l'épreuve nous avait renseignés sur les difficultés promises, par contre ce que nous n'avions pas prévu c'était **le vent du nord** et surtout **la pluie** qui comme aux **marquises était traversière**.

Mais **gémir n'est pas de mise**, nous ne retiendrons que les bons moments, le premier a été quand les organisateurs ont eu la curieuse idée de nous faire passer dans un genre de marécage assez escarpé ou plusieurs coureurs se retrouvèrent le cul par terre, je dois dire que malgré le tableau je n'ai même pas rigolé lorsque j'ai vu Alain perdre sa bouteille d'eau et se retrouver sur les fesses, n'y voyez pas là le signe de ma grande compassion, je dois plus modestement avouer que j'étais trop préoccupé à me maintenir debout sur cette patinoire où nous avançons guère et en file indienne. Ceux qui étaient partis plus prudemment que nous s'engluèrent dans le bouchon qui ne tarda pas à se former, après la course Phil Leclerc m'a avoué qu'il aurait eu le temps de lire l'équipe avant de se retrouver sur la route et d'entamer la première petite grimpe.

Après cette mise en bouche, ou plutôt cette mise en jambes, nous avons commencé à grimper, dire que ce fût long serait un doux euphémisme, elle faisait huit kilomètres et demi et plus de huit cent mètres de dénivelé. C'est au milieu de cette côte que **Jojo** m'a rattrapé, m'a proposé de boire un coup dans son « camel bag » et m'a encouragé à le suivre, **ne me quitte pas** m'a-t-il dit.

Je l'ai suivi, oui mais pas plus de cent mètres, après j'ai pensé : « Jojo **tu frères encore** », mais le notre de Jojo c'était **sur la terre** qu'il semblait avoir **six pieds** et rapidement j'ai du abandonner l'idée de faire un bout de chemin avec lui. Ensuite dans cette même satanée foutue côte j'ai vu débouler le père Mario et bientôt Lionel, vu que comme pour Jojo j'étais incapable de les suivre, j'en ai conclu que je n'étais pas dans un bon jour, qu'à part une grosse défaillance, je ne reverrai plus Alain et mon cousin Marcel et qu'il ne me restait plus qu'à tenter de rentrer à bon port et à mon rythme. Seulement le port, même si ce n'était pas **Amsterdam**, il était encore loin et j'avais beaucoup de route à faire, de montées à finir en marchant, de pic à escalader, de devers à glisser...Trois fois je me suis pris une grosse gamelle et contrairement aux marcheurs qui ont trouvé dans la leur du Salers ou de la truffade, dans la mienne il n'y avait que boue et pierres glissantes, il a fallu se rendre à l'évidence, je n'avais plus de **gaz** ce qui vous l'avouerez est un comble pour un gazier. J'ai donc dû me résigner à regarder passer **Fernand** et **Jeff** accompagnés de quelques **biches** parmi lesquelles j'ai reconnu **Mathilde**, **Titine** puis **Madeleine**, **Rosa** et la **Fanette** à qui j'aurai bien voulu conter fleurette si j'avais eu encore un peu d'énergie dans ma musette.

Des bergers au milieu de l'estive, j'en ai bien vu avec des belles vaches et **des moutons** aussi mais je n'avais pas vraiment envie de tailler la bavette avec eux, ni d'admirer le paysage, il était superbe pourtant, mais comme tout le monde je regardais mes pieds et je baissais la tête dans l'effort. **Bien sur nous eûmes des orages**, bien sûr il y eut des blessures, le tournoi des hélicos au dessus des puys pour aller chercher les jambes cassées et les foulures en atteste.

Ce ne fût pas un week-end de tout repos mais ce ne fût pas non plus un week-end à Zuidcoote nous n'avons pas vécu l'enfer et même si je suis un drôle d'oiseau, je ne me prend pas pour Robert Merle pour vous narrer ces péripéties, mes seuls regrets dans l'aventure c'est de n'avoir pas pu faire comme **Marcel** et rattraper Alain sur **les remparts** non pas de **Varsovie** mais de Salers, il faut dire que mon cousin ce n'est pas **l'accordéon** qu'il a fait **chauffer** mais sa mobylette pour revenir sur un Alain avaleur de côtes comme d'autres engloutissent les côtes du rhône. C'est aussi de n'avoir pas pu profiter du bon menu que nous avait concocté le cuistot de Pleaux, il n'était peut être pas diététique, un peu lourd sûrement après une telle

épreuve, mais c'était un menu régional, moi comme un **moribond**, je récupérais des efforts consentis avec comme d'habitude une bonne résolution « plus jamais ça ».

Le lendemain après le petit déjeuner quelques courageux ont profité de la piscine chauffée mais découverte, pour tremper les muscles endoloris, ensuite nous avons repris la voiture pour rejoindre la capitale. Pour le voyage aller des paysans nous avaient obligé à quitter l'autoroute et nous avons pris le chemin des écoliers afin de rejoindre Pleaux par des petites routes qui fleuraient bon la France (Felletin, La Souterraine..) Pour le retour nous avons pris également la clé des champs et traversé la Corrèze (le plus beau pays du monde, celui où mon père a vu le jour) pour nous retrouver dans le Lot et prendre un bon repas sur une terrasse avec vue sur Martel, arrosé non pas à **la bière** belge mais par un bon Saint-Emilion, c'était vous pouvez me croire bien mieux que les paniers pique-nique initialement prévus.

Ps : J'espère avec ce petit papier vous avoir donné envie de vous repasser une chanson de Brel, vous pouvez zapper la version Pagny, mais ça c'est une affaire de goût...

Titres ou extraits de chansons :

Grand Jacques

Le plat pays

Knokke le Zoute

Le vent du nord (le plat pays)

La pluie est traversière (aux marquises)

Gémir n'est pas de mises (aux marquises)

Aux marquises

Jojo (c'était le chauffeur, secrétaire et copain de Brel avec qui il faisait ses virées nocturnes)

Ne me quitte pas (Malgré que cela soit une des plus belles, sinon la plus belle des chansons d'amour, ce ne fut pas suffisant pour retenir Annie Fratellini qui deviendra célèbre plus tard en créant une école du cirque.)

Six pieds sous terre, Jojo tu frères encore (jojo)

Amsterdam (il existe une très belle version de Nina Simone)

Le gaz

Fernand

Jeff

Les biches

Mathilde

Titine

Madeleine

Rosa

La fanette

Les bergers

Les moutons

Bien sur nous eûmes des orages (chanson des vieux amants)

Chauffe Marcel (allusion à Marcel Azolla et son accordéon dans Vesoul)

Les remparts de Varsovie

Le moribond

La bière

La Foulée du Festeyre par Alain Bidot

Il s'agit de rallier Biarritz à Bayonne (12 km) juste pour arriver à l'ouverture des fêtes.

Mais qui dit festeyre (fêtard) dit tenue imposée à savoir : maillot et short blancs et l'indispensable foulard rouge autour du cou.

Nous étions 3000 (combien sont arrivés au port ... de Bayonne ?) tout de rouge et blanc vêtus

à la plage des basques (haut lieu du surf) pour prendre le départ mais avant de nous élancer nous dûmes au son d'un paso-doble faire tourner notre foulard alors imaginez un peu quelques 3000 foulards brassant les airs ...

Quant à la course il s'agissait de longer un bon moment l'océan histoire de surprendre un peu les touristes et les baigneurs en cette chaude matinée. Pas le temps de s'arrêter jouer à la roulette du casino (d'ailleurs était-il ouvert ?) que nous quittions Biarritz pour rejoindre les plages d'Anglet. Ensuite, nous rentions dans les terres (forêt de Chiberta pour ceux qui connaissent, n'est-ce pas Fred ?), puis long faux plat pour rejoindre les bords de l'Adour et les faubourgs de Bayonne.

Lors des ravitaillements la sagesse était de mise, de l'eau pas de sangria , ce sera pour plus tard à l'arrivée, peu de bandas (groupes musicaux du coin) sur le parcours, ils se réservent pour les jours à venir sans doute.

Derniers kilomètres le long de l'Adour que nous traversons par deux fois pour achever l'épreuve tout près du vieux Bayonne aux sons des instruments à vent et des percussions.

Eh bien à l'arrivée nous avons tous des trognes de jambon de Bayonne car il a fait bien chaud en ce 30 juillet.

A nous maintenant sangria, bodega (bar-buvette), bandas, musica, dantza (danse), chistera et cela 5 jours et nuits durant ...

Petite remarque du service de rédaction

Vous avez dû remarquer que la gazette ne comportait plus ses rondeurs d'autrefois, il est vrai que l'été est passé par là ... Maintenant, nous abordons les périodes automnales et hivernales, il faudrait penser à pourvoir notre gazélecte de quelques réserves scripturales suffisantes afin qu'elle affronte au mieux cette fin d'année.

Alors à vos bonnes pointes de ... stylo pour conter vos épopées et autres aventures.

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

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