

Qu'est-ce qui fait courir les marathoniens ?

Samedi, soixante-dix marathoniens dont trente femmes de Courir à Chantepie et du club de footing de Saint-Jacques-de-la-Lande, prendront le départ du prestigieux marathon d'Amsterdam. Cette semaine

« Se sentir forte, physiquement et mentalement »

Marie-Hélène, Sandrine et Joëlle affrontent dimanche les 42, 2 km du marathon d'Amsterdam. Ont-elles des doutes ? « **Absolument pas ! Au contraire, nous sommes très excitées et très heureuses d'y participer !** » Combatives et déterminées, toutes trois sont d'accord pour reconnaître qu'il faut un minimum de deux ans de pratique régulière de la course à pied avant de se sentir capable d'un tel défi. « **Mais ce n'est pas une question d'âge, dénonce Marie-Hélène. J'ai 47 ans et ce sera mon 4^e marathon après Barcelonne, Berlin et Paris.** » Sandrine, 37 ans, la plus jeune des trois, n'a couru qu'un marathon, celui de Berlin l'an passé.

« **Lorsqu'on commence à courir, ça paraît toujours impossible. Mais ce qui compte, c'est de ne pas se dire « ce n'est pas pour moi ! » La cohésion qui existe entre nous fait beaucoup. Ça crée un effet d'entraînement, et petit à petit on se sent capable de faire des choses qu'on n'aurait pas osé imaginer.** » Joëlle est la plus rodée des trois. À 46 ans, ce sera son cinquième marathon. « **J'ai repris la course il y a sept ans. D'abord, je me suis attaquée à un 10 km, et puis j'ai allongé les distances.** » Aucune des trois n'a jamais envisagé d'interrompre un marathon avant la fin. « **Impossible ! Quand on se prépare à un marathon, on se sent forte physiquement et mentalement. On a envie de se battre ! Hors de question d'abandonner !** » Et lorsqu'on leur demande dans

était celle des dernières mises au point avant le départ des troupes. Olivier Dolou, président de l'association chantepienne qui réunit deux tiers des coureurs en partance, s'attelaît lors d'une ultime réunion à régler les



Marie-Hélène Jan, Sandrine Merceur et Joëlle Bougerie, trois sportives prêtes à relever le défi du marathon d'Amsterdam dimanche.

quel état elles arrivent, les mots semblent insuffisants à l'exprimer. Joëlle essaye : « **Passer la ligne d'arrivée d'un marathon, c'est euphorique !** » Marie-Hélène et Sandrine renchérisent. « **C'est un aboutissement magique. Certes, on est fatiguée, mais on se sent tellement bien... Il faut le vivre pour comprendre !** »

■ Association sportive de Chantepie, basket

Mémento sportif samedi 15 octobre. Stade Albert-Chenard, salle Pierre-de-Coubertin : 14 h, benjamines 1 c. Pays de Fougères 1 ; 15 h 30, cadettes c. entente Orgerblon-Chanteloup ; 19 h, seniors F2 c. Rennes ASPTT4 ; 21 h, seniors M1 c. Romagne BC.

problèmes logistiques. « **Loger nos coureurs a été beaucoup plus difficile cette année que l'année dernière à Berlin ou celle d'avant à Barcelone. Avec quelque 25 000 participants venus de plus de 60 pays,**

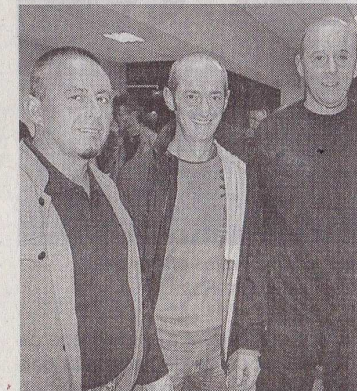
« Abandonner la cigarette et se dépasser »

Christian, Olivier et Loïc sont des habitués des grandes distances. Pour Olivier, courir est devenu une drogue saine, « **en remplacement d'une mauvaise : je voulais arrêter de fumer. Pour tenir, il me fallait une activité physique tonique.** » Alors, il commence à courir à 38 ans, en 2003. « **J'avais parié avec des collègues qu'en six mois je ferais un 10 km en moins de 40 minutes... J'ai gagné !** » Depuis, il n'arrête plus.

« **Amsterdam sera mon 20^e marathon.** » « **Mais pour lui, ce n'est rien !** », plaisante Christian. Car Olivier participe régulièrement à des raids de plus de 100 km. « **C'est devenu un jeu, entre collègues. On se lance des défis. La compétition, ça motive !** » Christian a commencé à courir plus tard, à 44 ans, mais pour les mêmes raisons. « **Courir, c'est efficace contre l'envie de fumer. Ça défoule.** » À 47 ans, il se prépare aujourd'hui à réaliser son 6^e marathon. « **Seul, ça serait sans doute plus difficile à gérer. Mais quand on court entre amis, on ne vit pas ça comme une contrainte. C'est vraiment un plaisir, qui booste et qui fait du bien.** » Quant à Loïc, 54 ans, cela fait 25 ans qu'il court deux à trois marathons par an. Autant dire que dimanche, il ne sera pas intimidé. « **Pourtant, au bout d'une soixantaine de marathons, on ressent toujours le même plaisir. Franchir la ligne, ça reste intense, c'est toujours un grand bonheur.** » Loïc a commencé à courir à 25 ans, « **pour**

on sent que le marathon d'Amsterdam est une très grosse usine ! »

Qu'à cela ne tienne, nos coureurs sont parés et tous seront sur les starting-blocks à 9 h 30 au Stade Olympique.



Christian Robert, Olivier Jaouen et Loïc Lejart feront partie dimanche des 25 000 coureurs d'Amsterdam. « **On ne se rend pas compte de la foule. On est trop concentré sur soi !** »

éviter de prendre du poids ». Mais derrière le désir de garder la forme, tous ont en commun un même moteur : le dépassement de soi. « **Un marathon, c'est différent d'un raid ou d'un trail : on est attentifs au temps de course. Chercher à battre ses records, dépasser ses propres limites, c'est stimulant.** »