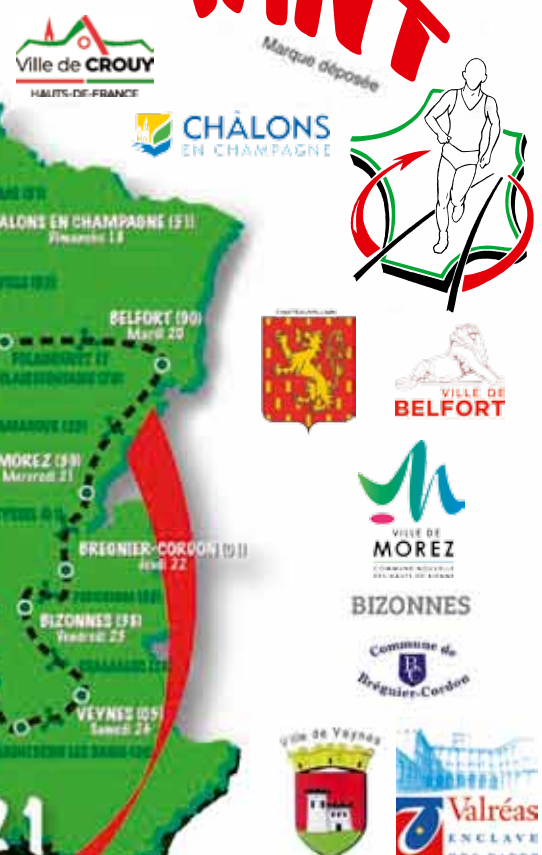


# LA FRANCE EN COURANT



# MANGE DU PAIN ET COURS BIEN

Boulangier à Bernay (Eure) André Sourdon, 68 ans, a deux passions : le pain artisanal et la course de grand fond. Il a réussi à les vivre de manière exceptionnelle en devenant un professionnel réputé, aujourd'hui président des boulangers de Normandie et créateur d'une épreuve sans égale La France en Courant dont se déroule la 32<sup>ème</sup> édition.

Après avoir disputé des courses à travers le monde André crée le Tour de France en relais pédestre en 1986 « pour découvrir notre beau pays et où chacun se bat au profit de l'équipe mais aussi pour valoriser le pain et l'artisanat ».

Dès le début avec Jean Paquet la Confédération Nationale de la Boulangerie apporte son soutien à Dédé et cela s'est prolongé avec J.P Crouzet et D. Anract.

A chaque ville étape des boulangers du département accueillent coureurs et organisateurs.

La Fédération Française d'Athlétisme reconnaît cette course sans équivalent dans le monde en 1993 et délègue chaque année un représentant pour suivre l'épreuve . C'est ainsi qu'André Voiriot , aujourd'hui vice président de la Ligue Régionale de Normandie en est à sa 28<sup>ème</sup> édition !!!

Son successeur Thierry Collignon estime qu'organiser une interligue sur l'épreuve peut s'avérer très intéressant.



En 1986 Jean Paquet Président National de la Boulangerie encourage Dédé au Puy de Dôme



Pour JP Crouzet la FEC c'est du gâteau.



Venu à l'Élysée avec D. Anract président national des boulangers André en a profité pour présenter la FEC au Président Macron et aux ministres A. Griset (Artisanat) et E. Borne (Industrie).

# VIVE LA FRANCE ....EN COURANT



Depuis 10 ans Chocho court sous les couleurs de Riou Glass, une entreprise normande aujourd'hui forte de 1 500 salariés et créée en 1975 par un artisan Pierre Riou. Un duo de champions !!

**Quadruple champion de France de marathon, porte drapeau aux J.O de Barcelone Dominique Chauvelier participe à sa 20<sup>ème</sup> FEC comme capitaine d'une équipe mais aussi en animant les arrivées.**

« En 30 éditions La France en Courant aura traversé trois décennies, passant d'une soit-disante mode des années 80 au phénomène sociologique de nos jours avec plus de 10 millions de runners recensés. Si autrefois on pratiquait le Footing devenant plus tard le Jogging, la tendance actuelle plus branchée est celle du Running mais à la FEC on fait fi de tout cela, on y pratique tout simplement la course à pied : celle du partage, de l'esprit d'équipe, de l'entraide mais celle aussi synonyme des vacances, des paysages, des odeurs, des couleurs, des émotions, celle du camping, de l'improvisation, celle des jambes dures, des coups de fatigues gommés par de franches rigolades et autres anecdotes invraisemblables bref là où les valeurs humaines l'emportent sur la performance individuelle.

Votez la FEC et son programme de meetings dans les plus beaux villages de France, vous allez grimper des montagnes, sonder votre volonté, coller de vos empreintes des milliers de pas sur le bitume, aider vos équipiers et partager avec vos adversaires qui n'en sont pas d'ailleurs car la ligne d'arrivée

se franchira ensemble, corps affûtés et têtes encombrées d'images. Le compétiteur est devenu altruiste, mais à la fin c'est toujours la France en Courant qui gagne ! »


Dominique CHAUVELIER

## ORGANISATION

Cette épreuve se déroule sous forme de relais par équipe de 8 coureurs (dont au moins une féminine).

Chaque équipe organise ses relais à sa guise. Chaque étape fait en moyenne 200 kilomètres (soit 25 par coureur). L'arrivée se situe entre 16 et 17 h. et le départ a lieu souvent vers 2 ou 3 h. du matin. L'organisation assure le petit déjeuner, le repas du soir et le coucher dans une salle communale, un gymnase ou à... la belle étoile. Une équipe médicale (médecin, kiné et podo) accompagne l'épreuve qui bénéficie du label de la Fédération Française d'athlétisme depuis 1993.

Dans chaque ville étape l'ambiance est assurée par un animateur entouré de musiciens.

André Sourdon : 06 22 86 54 07 - [www.lafranceencourant.org](http://www.lafranceencourant.org) -  la france en courant - Youtube « la France en courant »

# LA FRANCE EN COURANT C'EST CELA . . .



**Avec 16 participations en qualité de coureur, capitaine d'équipe, chauffeur et puis membre de l'organisation Pierre Connac de Montpellier connaît La France en courant sous tous ses aspects.** *Pierre Connac et Pierre Pic.*



*Départ à 3 heures du matin donné par le délégué de la FFA.*

La France en Courant (fec) ce n'est pas une simple compétition où seule la victoire compte, c'est un merveilleux voyage aux multiples décors sur les routes pittoresques de l'hexagone. C'est un cocktail de sportivité, de convivialité, de solidarité porteurs d'une fraternité si précieuse de nos jours. C'est enfin une aventure humaine avec sueur et souffrance en trait d'union.

La FEC prime, non par la performance individuelle, mais par celle du collectif. Cette épreuve est remarquable par son ambiance conviviale et son organisation en collaboration avec les communes hôtes.

Chacun vivra son tour à sa vitesse, avec ses joies et ses doutes, mais tous garderont le meilleur de cette aventure exceptionnelle.

Chacun aura finalement sa propre version originale à raconter après l'exploit. Des kilomètres d'anecdotes où l'on passe de 5° à 40°, du rire aux larmes, du demi-sommeil au fractionné, de l'altitude zéro à 2500 m, des trombes d'eau d'un orage aux perles de sueur. «S'être surpassé» pour le seul et même plaisir de courir.

Un sport individuel la course à pied ? Pas sûr ! LA FRANCE EN COURANT, c'est avant tout partager une victoire d'équipe, partager le goût du vrai, bien au-delà de la victoire personnelle.

C'est également 15 jours d'efforts en continu, 15 jours de rêve aussi, les baskets aux pieds. Remettre le travail sur le métier tous les jours,

est une valeur commune au sport et à l'artisanat défendue par André Sourdon 3 h du matin, l'heure a sonné pour prendre le départ de l'étape, les paupières encore lourdes mais le cœur plein d'entrain. Il est 6 h, la « Roulante » est ouverte pour accueillir coureurs et accompagnateurs. Le petit déj est un moment privilégié de la journée ; c'est une véritable institution de notre course atypique. Vous y dégusterez un chocolat chaud incomparable, du lait, du thé, du beurre « made In Normandie », des confitures faites maison et bien sûr, un délicieux pain artisanal.

Le « Témoin » du jour, notre gazette du Tour est remise quotidiennement à tous les participants ... Un instant de lecture fort apprécié.

La demi-étape permet aux coureurs de se reposer, de se doucher et recevoir éventuellement des soins



*Aux étapes et demi-étapes l'équipe médicale soigne les participants.*

avant d'affronter le dernier tronçon routier de la journée.

A midi, chaque équipe « grignote » un repas frugal composé de sucres lents, énergie nécessaire pour aller jusqu'au bout de l'étape.

L'arrivée vers 17 h se déroule sur le « village » de la FEC dans une joyeuse ambiance et clôturée par la remise des prix au podium.



*Le village de Fondamente offre l'aligot à toute la FEC.*

La journée se termine autour d'un bon repas offert par la municipalité. Un repas « historique »

à Bernay le jour de l'arrivée avec chants, danses, rires et larmes !!!

La 32<sup>ème</sup> édition de la FEC avec pour thème « les plus beaux villages et détours de France » s'arrêtera dans 15 villes étape et 14 villes demi-étape et traversera 20 départements et 8 Régions !!! L'occasion de découvrir des sites prestigieux en vivant une aventure hors du commun !!!



*Le petit déjeuner, un grand moment de convivialité.*



*Arrivée dans la joie à Bernay et sous les applaudissements.*

# C'EST LA F.E.C AU VILLAGE !!!



Pipo le clown accueille et fait jouer les enfants.



Jean-Claude Perdriel le boulanger de la FEC.



Claude et Patrick à la musique.



Démonstration du souffleur de verre.



Le ferronnier présente son métier.



Chaque enfant reçoit un maillot.



Charly le chaumier normand en démonstration.

## La FFA fidèle à la FEC



André Voiriot président de la Région normandie et Gérard Glatigny veillent au bon déroulement de la FEC depuis 25 ans.

## Courir pour la Vie, Courir pour Curie

En 1992, André Sourdon emmène son ami Pierre Houssaye sur la France en Courant afin d'apaiser son chagrin suite au décès par cancer de son épouse.

En 1993 Pierre crée une équipe Courir pour la Vie, Courir pour Curie, une équipe invitée chaque année depuis. A la



Justine et Pierre devant l'Institut Curie

disparition de Pierre c'est sa petite fille Justine Dupuy qui prend le relais afin de participer à la lutte contre le cancer.