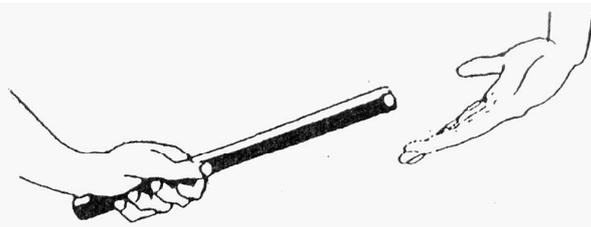


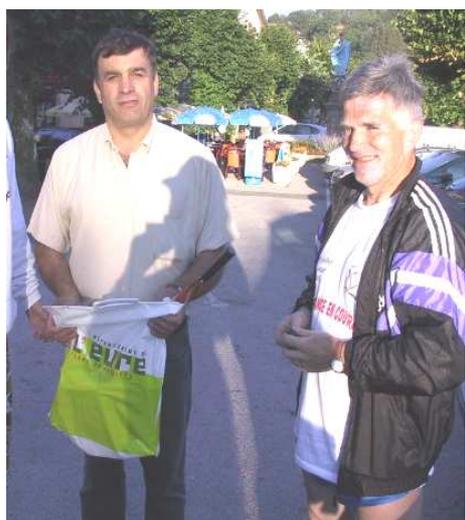
Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Samedi 16 juillet 2005

BIENVENUE À SALLES CURAN !



Tout commence le matin du 24 juillet 2003. Ce jour là, le maire de Salles Curan informé que le petit déjeuner se tenait dans son village réserve un formidable accueil à tous les participants de La France en Courant. Maurice Combettes remet la médaille de la ville à André Sourdon (photo) et propose d'accueillir l'épreuve un jour prochain. Ce jour est arrivé et il promet d'être mémorable car le maire et son conseil ont préparé un sacré programme. Merci à tous !

DOUZE EQUIPES !

Pour la première fois depuis sa création en 1986, La France en Courant compte 12 équipes. Un record dû à la ténacité de quelques d'entre vous car il n'est pas facile de réunir 8 coureurs, 2 chauffeurs,

trouver des véhicules et le financement. Bravo à tous ces courageux opiniâtres !

Chaque jour Le Témoin vous présentera une équipe.

50 BENEVOLES !

Toute la préparation et l'organisation de La France en Courant est l'œuvre de bénévoles réunis autour du président de l'association André Sourdon. Vous les découvrirez au fil des jours dans **Le Témoin** mais remercions les dès aujourd'hui car sans eux et chacun à son poste, rien ne serait possible.

Ces bénévoles se répartissent en plusieurs « équipes » distinctes : le fléchage, le petit déjeuner, l'installation des arrivées, l'animation.

Il faut bien sur ajouter le service médical et le contrôle FFA

SECURITE D'ABORD !

Si la France en Courant vit aujourd'hui sa 17^{ème} édition c'est parce que nous, coureurs, chauffeurs et accompagnateurs avons toujours respecté les consignes de sécurité et le code de la route. Rappelons que la course n'est jamais prioritaire et que ce n'est pas quelques secondes qui vont changer quelque chose au classement final.

Au moment où il devient de plus en plus difficile d'organiser « quelque chose » sur la voie publique, il serait dommage que l'inconscience de quelques uns mette à bas des années de travail. Merci de votre compréhension !

SUIVEZ LES FLECHES !

Cette nuit vous allez découvrir l'énorme et fastidieux travail réalisé par l'équipe de fléchage dirigée par **Michel Bouteculet**, et assisté de Michelle et Jérémy

Retraité de la RATP et parisien pur jus Michel a longtemps pratiqué la marche. Il aime le milieu de la course à pieds et donne bénévolement de son temps aux organisateurs.

Civile travaillant pour l'armée **Michelle Hoenig** est aussi une vraie bénévole.

Boulangier chez Dédé **Jérémy Faby** participe à son second tour comme flécheur, il est aussi discret que gentil. Merci à tous trois et bon courage !

Leur tâche est difficile et ingrate : ils vont ainsi toute la nuit et le matin peindre des milliers de petites flèches sur le bitume. Merci à tous les trois !

MARATHONIEN DU MICRO

Aujourd'hui à Salles Curan et demain à Caveirac l'animation de la course est assurée par **Claude Razon**. Un speaker réputé dans le Sud de la France. Pierre Connac

de l'équipe de l'Hérault nous en parle « **Avec son accent gardois Claude est le porte voix des coureurs et de la course à pieds qu'il connaît bien pour avoir pratiqué. Sa gentillesse, sa gouaille et son expérience font l'unanimité dans les pelotons** »

Aux étapes suivantes l'animation sera assurée par Romain Dupuis que nous vous présenterons lundi.

CARTES POSTALES

A chaque étape nous proposons des cartes postales comme celles que nombre d'entre vous ont vendues ces derniers mois pour financer leur équipe.

Chaque jour un tirage au sort permettra à un spectateur de gagner des produits normands et à Bernay un tirage final rassemblant toutes les cartes sera synonyme d'une semaine en gîte rural dans l'Eure pour l'heureux gagnant.

Vous pouvez aussi acheter des cartes « vierges » afin d'écrire à vos familles et amis.

Quentin le plus jeune de la caravane vous propose 10 cartes pour 1 euro.

RESPECTEZ LE PROGRAMME !

Pour que cette formidable aventure que nous allons vivre durant deux

semaines se déroule au mieux, il faut bien sur que chacun respecte un certain nombre de règles de vie en communauté.

Respect aussi des lieux où nous circulons et nous sommes accueillis

Respect des personnes qui nous servent et des élus qui nous accueillent.

Respect des horaires aux réunions et cérémonies.

Voilà, la leçon de morale est finie...on compte sur vous !

SOUTIEN DE LA F.F.A



Le jeudi 7 juillet Bernard Amsallem président de la Fédération Française d'Athlétisme et André Sourdon président de La France en Courant ont organisé une conférence de presse à Paris.

Hélas au lendemain de la décision du Comité Olympique et le jour même des attentats de Londres, très peu de journalistes sont venus au Stade Charletty (siège de la FFA) Dommage....

B. Amsallem a vanté les mérites de l'épreuve et souligné combien, il appréciait l'esprit qui la caractérise. « **Vous donnez un magnifique exemple du sport et une bonne image des sportifs** » Puis s'adressant à Dédé « **Continue ainsi, André la FFA sera toujours à tes côtés** »

IL FAUT COMMUNIQUER !!!

Même si ce n'est pas toujours facile (voir ci-dessus), il faut communiquer auprès des médias de votre région (journaux, radios, télévisions) afin de faire connaître votre participation à La France en Courant. Chaque jour nous pouvons leur transmettre des textes et photos. Adressez vous à Daniel Mattard

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!

Chaque jour dans cette rubrique nous vous présenterons les villes et les régions traversées.

PARC NATUREL REGIONAL DES GRANDS CAUSSES : Créé en 1995, il regroupe 94 communes situées au Sud de l'Aveyron. La grandeur et la sévérité de ses vastes plateaux, contrastent avec les paysages colorés des vallées. La richesse du patrimoine architectural et paysager est le reflet d'une mosaïque de terroirs.

SALLES-CURAN : Altitude 850 – 1140 habitants. Au centre du Lévézou, près de la retenue du lac de

Pareloup, Salles-Curan est un centre de vacances avec plusieurs bases nautiques. La petite Cité conserve des vestiges médiévaux : le Château Neuf bâti au milieu du XV^e siècle avec tours, portes ...

(Actuellement hostellerie). L'église gothique, de la même époque est remarquable.

BOULOC : Village montagnard. Eglise gothique

PEYRE : Un des plus beaux villages de France accroché à la pente abrupte et s'adossant à une haute falaise percée de grottes. Les rues sont souvent des escaliers. Vieille église romane fortifiée troglodyte.

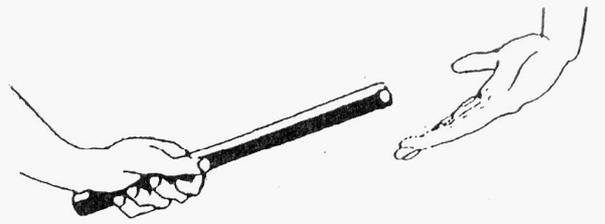
Dixième village aveyronnais qui prend rang dans ce prestigieux classement national.

ENTRE PEYRE ET MILLAU : Passage sous le Viaduc de Millau. Record mondial de hauteur, le pilier le plus haut (pile P2) 343 m

Au-dessus du Tarn soit 23 m de plus que la Tour Eiffel - Longueur 2460m. 36000 tonnes de charpente métallique. Architecte anglais Norman Foster.

Inauguré le 14 décembre 2004 par le Président de la République, Jacques Chirac.

Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Dimanche 17 juillet 2005

C'est reparti pour un ... 17^{ème} tour !

Une sacrée journée que celle vécue à Salles Curan ce samedi 16 juillet. Après une nuit plus ou moins courte (et plus ou moins agitée) la matinée débuta de manière fort agréable par une ballade dans ce marché aveyronnais qui n'a rien à envier à ceux de Provence chantés par Gilbert Bécaud (Une référence datée à destination des anciens !!!!)

Après une présentation très « pro » de Claude Razon les équipes s'élancèrent pour un prologue de 8kms qualifié par tous les coureurs de « magnifique...mais difficile » Une course rendue encore plus éprouvante par le soleil qui cognait terriblement.

L'équipe du Maine et Loire avec le capitaine Momo s'impose en 35'17" soit du 14,454 de moyenne. Bravo.

Courir pour la Seine Maritime suit à 1'42" et Les **Boulangers d'Alsace** à 2'22".

Les Pétilants Champenois n'ont pas fait péter le bouchon hier car ils ont fini lanterne rouge

DES TENUES IMPECCABLES

Les organisateurs tiennent à féliciter toutes les équipes pour la qualité de leurs tenues. Il est très important à l'encontre des sponsors, des élus, des spectateurs de donner une bonne image. Bravo à tous !

RESULTATS

- 1 Courir pour le Maine et Loire 35'17
- 2 Courir pour la Seine Maritime 36'59
- 3 Les Boulangers d'Alsace 37'39
- 4 Courir pour la Charente Maritime 39'21
- 5 Le 3 pour l'Aude 39'28
- 6 Hérault 43'46
- 7 L'Aliermontaise 43'51
- 8 Estuaire Seine 44'16
- 9 Les Joggeurs de la Haute Marne 45'27
- 10 Courir pour l'Eure 49'13
- 11 CPLV 49'53
- 12 Les Pétilants Champenois 54'10

CA ROULE LA ROULANTE....

Ce matin les nouveaux découvrent « la roulante » un des grands charmes de La France en Courant.

C'est en 1993 que **Micheline et Claude Goumeaux** créent ce qui allait devenir une institution de la FEC. L'année précédente, jeunes retraités pâtisseries ils avaient servi de chauffeurs à l'équipe russe .La galère !!!!

Les confitures que vous dégustez ont été préparées par Claude avec les fruits de son jardin ,un régal .A leurs côtés **Marcel Godefroy** mécanicien agricole et ancien capitaine des pompiers de Thiberville (Eure) Son épouse **Mireille** retraitée de Schneider .L'ancien chef cuisinier, l'ardennais **Joël Nivois** complète l'équipe.

FEU !!!

On a bien failli perdre dès le premier jour **Claude Blondel**, le chanteur maire du Marais Vernier ; En effet le coup de pistolet donné par Gérard Glatigny ricocha à terre et des petits cailloux allèrent frapper le visage de notre chanteur préféré. Rien de grave et cela n'a pas coupé le sifflet du « **rossignol du Marais** » (son surnom dans l'ouest de l'Eure)

LACHEZ LES TAUREAUX !

C'est jour de fête ce dimanche à Caveirac et ici fête rime avec encirer. Kézako ?? Tout simplement d'un lâcher de taureaux à travers les rues de la ville. Une animation très prisée ici puisqu'il y en aura 3 dans la journée dont le dernier à minuit !! Si vous croisez un taureau en partant cette nuit, ne soyez pas surpris. Ollé !!

**MERCI A SALLES CURAN
POUR SON FORMIDABLE
ACCUEIL.
NOUS REVIENDRONS**

LIGUE CONTRE LE CANCER DU COMITE DE L'HERAULT



Jean-Marc Bellocq sept fois vainqueur des 100km de Millau avec André Sourdon et Pierre Connac.

« J'étais en vacances, j'ai vu un coureur passer seul dans cet endroit désert...j'ai voulu savoir » et voilà comment **Pierre Connac (dossard 12)** a découvert en juillet 2000 La France en Courant. Un an plus tard cet employé de la

préfecture de l'Hérault (ancien de l'armée de l'air) alignait une équipe ou figurait déjà **Mickaël Bouchemit (11)**. Ce médecin du sport de 46ans affiche 2h24mn au marathon et a fini 1^{er} français à Rome et Albi.

Auxiliaire puéricultrice **Michele Brunet Guérin (13)** (3h04 à Agen) a terminé 1ere en 2000 au championnat d'Europe des 100km ainsi qu'à Millau (8h52)

Fonctionnaire DDE, **Gérard Dastarac (17)** est aussi discret qu'efficace (3h02)

Chantal Rodier (14) employée de préfecture a « fait » la *Diagonale du Fou* mais aussi les marathons de Madrid, Rotterdam, Barcelone...Sa bonne humeur cache une volonté sans faille.

Technicien monteur sur les expositions **Jean Claude Rabelle (15)** Babar pour les copains a « fait » la 6000 de La Plagne, le Canigou, les 4000 marches...

Employé municipal de 56 ans **Daniel Descamps (16)** est le symbole du courage. Atteint d'un cancer, il milite contre cette maladie au sein de la Ligue contre le cancer. C'est sa 2^{ème} participation à la FEC tout comme **Philippe Damoiseau (18)** qui remplace Pascal Cavalier atteint d'une polyarthrite. Nous lui souhaitons bon courage.

Revenons au doyen de cette équipe Pierre Connac qui est aujourd'hui devenu un « pilier » de la FEC. En 2002 il participa comme chauffeur à la FEC et en 2003 Pierre réussit à « monter » 2 équipes !!!!

On doit à la persévérance de Pierre l'accueil cette année dans 3 villes étapes et il en a déjà trouvé 1 pour 2006 !!!!! C'est lui aussi qui a écrit les textes de la rubrique « Ah que la France est belle!!! ». Une phrase que vous entendrez souvent prononcer par le président Sourdon...

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !

Dominée par les falaises du Causse Noir et du Larzac, au confluent du Tarn et de la Dourbie, **MILLAU** est la capitale de l'Aveyron méridional. C'est un pôle d'attraction touristique et une ville sportive (100 km le 24.09.05).

Importante activité autour de la peau : tanneurs, mégissiers, pelletiers, gantiers.

NANT : Un réseau de canaux créé par les moines au 10^{ème} siècle parcourt encore le village et permet l'arrosage des jardins, ce qui lui vaut le titre de Jardin de l'Aveyron. La Halle du 18^{ème} siècle est un exemple d'architecture caussenarde. Trail des Templiers les 29 et 30 octobre 2005.

SAUCLIERES : Petit village du Causse Musée des automates ; crèche animée.

GANGES Centre traditionnel de fabrication de bas, autrefois de soie (abondance de mûriers) maintenant de nylon. Ville natale du chimiste Planchon qui sauva la viticulture du phylloxéra.

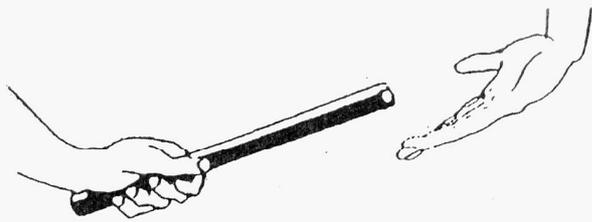
Les Rondes de la Soie 12 et 26 km, dernier week-end de juin

ST HIPPOLYTE DU FORT Riche de son passé camisard, la ville est une des « Portes des Cévennes » 23 cadrans solaires ornent la cité. Industrie de la chaussure de sécurité.

SAUVE : Pont vieux du XI^{ème} siècle sur le Vidourle. Fabrication de fourches en bois de micocoulier

CAVEIRAC : 3168 hab. Le Château du XVII^{ème} siècle abrite aujourd'hui la Mairie. Son hall d'entrée est classé monument historique en raison de sa magnifique rampe d'escalier. Le parc du château a été dessiné par Le Nôtre. A l'entrée de l'Hôtel de Ville repose un autel Taurobolique où l'on puisait le sang des animaux Immolés pour arroser le prêtre ou le fidèle Caveirac est une commune dynamique, sportive (Tour pédestre de Caveirac, course de 10,2 km)

Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

LUNDI 18 juillet 20

CHAUD, CHAUD LA FRANCE EN COURANT

C'est vraiment la chaleur qui domina cette première « vraie » journée de course. Les normands réputés pour aimer la pluie ont montré que le soleil ne leur faisait pas peur puisque la Seine Maritime finit à la première place à plus de 15 de moyenne. Bravo!

Le Maine et Loire prouve que sa 1^{ère} place du prologue n'était pas qu'un feu de paille. Soulignons que CPLV classée 12^{ème} a couru en 12.37km/h

La beauté des paysages nous a tous séduits et merci à Pierre Connac (Hérault) de nous avoir préparé cette étape. Il en est de même pour ces 3 jours à venir

Paroles de nouveaux

Claudine Bonnier (Eure) «j'ai apprécié le petit déj, super bon et puis le feu d'artifice super beau je n'ai fait que de la descente ça a été»

Michelle Brunet Guérin (Hérault) «c'est le début on s'asticote un peu, on sent l'épreuve bien rodée»

Eric Lanoé (Haute Marne) «Courir la nuit c'est grisant. Prendre un relais sous le pont de Millau éclairé, c'est super! Moi qui habite Paris, ce cent pour cent nature fait du bien»

Sylvain Guillouet (3 pour l'Aude) «Le paysage est magnifique mais quelle chaleur!!! Je regrette le

faible nombre de spectateurs aux arrivées»

RESULTATS

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 12h41 44
- 2 Maine et Loire 13h06 36
- 3 Charente Maritime 13h23 26
- 4 Boulangers d'Alsace 13h33 57
- 5 Le 3 pour l'Aude 13h48 31
- 6 L'Aliermontaise 14h07 47
- 7 Estuaire Seine 14h43 07
- 8 la Haute Marne 14h45 22
- 9 Courir pour l'Eure 14h48 29
- 10 Hérault 14h52 53
- 11 Champenois 14h53 50
- 12 CPL V 15h29 16

Classement général

- 1 Seine Maritime 13 18 43
- 2 Maine et Loire 13 41 53
- 3 Charente Maritime 14 02 47
- 4 Alsace 14 11 47
- 5 Le 3 pour l'Aude 14 27 59
- 6 l'Aliermontaise 14 51 38
- 7 Estuaire Seine 15 27 23
- 8 Haute Marne 15 30 49
- 9 CPLV 15 36 29
- 10 Eure 15 37 42
- 11 Les Champenois 15 48 00
- 12 CPLV 16 19 09

Ce matin ravitaillement à Gigondas offert par le club d'athlétisme. Encore une initiative de P. Connac qui écrit à tous les clubs situés sur le parcours

Les Rois du Bal

Notre animateur Romain Dupuis est un vieux rocker (eh oui !!) Guitariste des Chouchous dans les années 60 il a animé des bals pendant 30 ans.

Opérateur chez Renault Sandouville (76) Romain fut chargé de la communication interne durant 10 ans. Il participa au Raid Africain et aux J,O d'Albertville

Maire du Marais Vernier une commune située près du Pont de Tancarville) **Claude Blondel** est aussi un chanteur renommé dans sa région; Agriculteur retraité Claude anime la chorale paroissiale mais organise aussi des voyages de groupe

LA VOIX DU MAIRE

Maire de Buis les Baronnie, Jean-Pierre Bux anime de nombreuses courses en France. Il se réjouit d'accueillir les coureurs de la FEC et apprécie l'énergie déployée par Dédé depuis deux décennies.

TOUS A L'EAU!

Cet après midi le maire de Buis les Baronnie offre une entrée de piscine à toute la caravane de la France en Courant. Merci.

LES PETILLANTS CHAMPENOIS

Lanterne rouge de la FEC 2003 avec l'équipe des joggers pisciacais (Yvelines) **Alain Simonet (dossard 101)** a gardé un excellent souvenir de l'épreuve puisqu'il a formé une équipe joliment appelée « **les pétillants champenois** » en référence au produit phare de son département la Marne.

Agent EDF Alain a couru le semi de paris en 1h38mn.

Employé à la Poste **Yves Becker (102)** a mis 1h33mn au semi d'Épernay

Alain Desjardin (103), cheminot, a participé au marathon de La Rochelle en novembre (3h15mn)

Père de 3 enfants l'électricien **Daniel Janiw (104)** est arrivé 16113^{ème} au marathon de Paris en 3h57

Seul « étranger » de l'équipe le breton **Bruno Kubiak (105)**, agent SNCF a mis 1h36 au semi St Pol-

Morlaix et 3h35 à La Rochelle .Il participe à de nombreux trails

Denis Stiak (108), machiniste en menuiserie a couru les 100 Kms de Ardelot en 8h58 et le marathon de Marois (Haute-Marne) en 2h47 mn..

Deux femmes « pétillantes » complètent cette équipe : **Nadine Maire (106)** et **Anita Milesi (108)**.

La première exerce la profession de kinesiologue (!!!) et la seconde est employée de maison et de nationalité allemande.

A signaler que les chauffeurs de cette équipe sont les conjoint(e) s de coureurs : Nathalie Kubiak, Adrien Milesi et Dominique Simonet **CHAMPAGNE !!!!**

A chaque étape le capitaine offrira au maire un coffret de 2 bouteilles de champagne offert par Alain Rondeau producteur à Jouy les Reims et copain de régiment à Dédé. Merci Alain !



Avant même le départ l'équipe des **pétillants champenois** a gagné le prix des meilleurs vendeurs de cartes postales de la FEC 2005. En effet c'est par centaines que Daniel Mattard a reçu ces cartes postées de la Marne. Bravo à tous !!

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !

BEUCAIRE : Château de Beaucaire, une des plus grande forteresse de France, reconstruite sous St Louis. Notre Dame des Pommiers, fleuron de l'architecture baroque. Canal du Rhône à Sète. Les aigles de Beaucaire : spectacle médiéval de rapaces en vol libre.

Course La Gambade de St Roman 14 km le 01.10.2005.

TARASCON : Dressé au bord du Rhône, le Château du Roi René défendait l'accès des possessions des comtes de Provence. Traditions taurines, folkloriques comme la fête de la Tarasque (monstre à tête de lion, carapace de tortue, dents de lézard; ventre de poisson, queue de reptile).

FONTVIEILLE : C'est le village où Alphonse Daudet a écrit les célèbres « Lettres de Mon Moulin ».

MOULIN DE DAUDET : Construit en 1814, il broya le blé jusqu'en 1915.

LES BAUX DE PROVENCE le village est classé « Un des plus beaux villages de France **LE VAL D'ENFER** : Monde minéral, paysage tourmenté aux falaises percées de grottes.

ST REMY DE PROVENCE : Michel de Nostradamus naquit en 1503 à St Rémy. Sites archéologiques. Course pédestre des Alpilles 18 km en Mai.

CAVAILLON : la ville est la Capitale du melon. Arc de triomphe romain du 1^{er} siècle. Semi Marathon en Mars. Tour pédestre du Corso, 11 km en Mai.

MAZAN La plus grande carrière de gypse à ciel ouvert d'Europe Course de la Solidarité 15 km le 1^{er} Mai.

BEAUMES DE VENISE : Doit son nom aux nombreuses grottes (ou baumes). Célèbre vin muscat. La Ronde du Terroir 13 km le 13.12.2005

VACQUEYRAS : Porte des Dentelles de Montmirail

Le circuit des Vignes 12,5 km début juillet. **DENTELLES DE MONTMIRAIL** : Ses crêtes calcaires en dents de scie forment des falaises abruptes qui en font un lieu réputé pour les amateurs de varappe.

GIGONDAS : Ses vins sont connus mondialement. La Gambade 12 km et la Traversée des Dentelles 21 km en Juin.

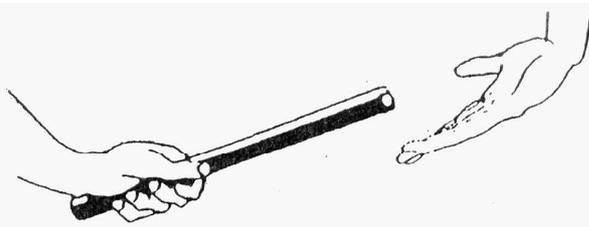
SEGURET : Un des 140 « Plus beaux villages de France ».

VAISON LA ROMAINE : Ville d'art. Vestiges gallo-romains qui font de Vaison le plus grand champ archéologique de France. La Bacchanale course de 11 km le 19.11.2005

BUIS LES BARONNIES Terre d'élection des plantes aromatiques et médicinales, royaume du tilleul. Course pédestre « Le Buis que j'aime, j'y cours » le 7.08.2005 animée par le maire speaker Jean Pierre Buix

Le Témoin

Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Mardi 19 juillet 2005

LES CIGALES ET LES FOURMIS!

C'est sous les encouragements des cigales de Provence que les fourmis de la FEC ont couru cette étape nettement mois chaude que la veille. Les concurrents semblent avoir ménagé leurs forces (because Ventoux) exceptés les champenois qui ont retrouvé du pétillant sur la route des ... côtes du Rhône !!!

Le 3 pour l'Aude effectue une belle remontée l'après midi (sûrement un effet de la télé) et la Seine Maritime confirme ses prétentions tout comme le Maine et Loire et la Charente Maritime

RESULTATS

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 13 24 47
- 2 Maine et Loire 13 41 08
- 3 Le 3 pour l'Aude 13 55 36
- 4 Charente Maritime 13 58 18
- 5 Boulangers Alsace 14 33 52
- 6 L'Aliermontaise 14 50 52
- 7 Les Champenois 15 07 27
- 8 Courir pour l'Eure 15 14 22
- 9 Estuaire Seine 15 16 37
- 10 Haute Marne 15 25 39
- 11 Hérault 15 39 06
- 12 CPLV 15 59 12

Classement général

- 1 Seine Maritime 26 43 30
- 2 Maine et Loire 27 23 01
- 3 Charente Maritime 28 01 05
- 4 3 pour l'Aude 28 23 35
- 5 Boulangers Alsace 28 45 28
- 6 l'Aliermontaise 29 42 30
- 7 Estuaire Seine 30 44 00
- 8 Eure 30 52 04

- 9 Les Champenois 30 55 27
- 10 Haute Marne 30 56 19
- 11 Hérault 31 15 35
- 12 CPLV 32 18 21

2800 euros de cartes !

Les Pétillants Champenois ont fait très, très fort dans la vente des cartes FEC 2005. Au total ils ont récolté 2800 euros qui ont servi à la location de leurs véhicules. Voilà un exemple à suivre. Rappelons que ces cartes sont offertes par l'organisation à ceux qui souhaitent monter une équipe.

FR3 SUR LA COURSE

Grâce à la persévérance de Sylvain Guilloué FR3 Montpellier est venue tourner un sujet sur son équipe Le 3 pour l'Aude. Bravo !

Hélas le journaliste n'a pas voulu réaliser une interview du capitaine de Seine Maritime comme lui avaient demandé sa collègue de France 3 Normandie. Dommage et on comprend mieux ainsi pourquoi La France en Courant n'est pas plus connue

QUELLES SECOUSSES!

Prof de géophysique à l'université de La Rochelle et spécialiste des tremblements de terre Jean-Christophe Maurin est bien «secoué» depuis le départ «j'avais le stress depuis jeudi dernier, j'ai commencé à dormir lundi soir (le veinard !)

La tension retombe; j'admire la logistique de l'épreuve et je suis sensible aux efforts des villes pour nous accueillir»

SOLIDARITE

L'équipe de Charente Maritime a récupéré 2 coureurs d'une équipe adverse oubliés par leur véhicule sur le bord de la route. C'est beau la solidarité.

DROLE DE RENCONTRE

On fait souvent de curieuses rencontres sur la FEC. Ainsi hier matin en pleine garrigue les aliermontais ont discuté avec un breton qui effectue chaque année pendant 6 mois un aller retour jusqu'en Provence avec ... son âne. Cet « artiste chiffonnier» était accompagné de son épouse qui le rejoint de temps en temps.

DENT PERDUE

Jean Claude Rabelle a perdu une dent durant le prologue. Si un coureur l'a trouvée !!!!

**Ravitaillement à Peyrolles en Provence
Cet après midi offert par le club local**

COURIR POUR LE MAINE ET LOIRE



« *duel en montagne* » Momo et Chocho sur la FEC 2003

Jamais 2 sans 3 ! Mohamed Chiheb respecte le dicton et après 2 participations a La France en Courant

en individuel au sein des équipes « **les boulangers d'alsace** » en 2003 et « **VIP** » en 2004 MOMO a monté son équipe. Bravo !

Pour cela, il a reçu l'aide de **Laurence la podologue** qui emballée par sa première expérience de La France en Courant l'an passé a voulu en faire profiter des coureurs de son département le Maine et Loire.

Connu dans les pelotons pour ses qualités athlétiques et humaines **Momo** a su rassembler des **coureurs à son image**.

Momo (dossard 51) plombier chauffagiste a couru le marathon de Vannes en 2h36 et les 100kms de Chavagnes en 7h28. Il fut vice champion de France par équipe des 100kms en 2001

Cadre de santé en hygiène hospitalière à Châteaubriant **Martine Brishoual (52)** a couru le marathon de Nantes en 3h28 et les 100kms de Chavagnes en 9h04. Elle aime les trails où elle se classe 1ere en catégorie V2

Conducteur, **Bernard Chouteau (53)** a mis 1h13 au semi de Nuaille et 2h41 au marathon de St Sylvain d'Anjou. En 2004 il a participé au marathon des sables.

Cuisinier à Angers **Louis Dupuy (54)** a couru le semi de Beaufort en Vallée en 1h19 et le marathon de Paris en 3h20

Doyen de l'équipe **Henry Gaucher (55)** est agent hospitalier. Il s'illustre en catégorie V2 : 1h19 au semi de Bouzillé et 2h56 au marathon de Pornichet

Responsable de restaurant scolaire **jean Michel Serisier (56)** aligne 1h16 au semi, 2h48 et 9h03 aux 100kms.

Postier Didier Thépin (58) a couru le marathon de Paris en 3h30 et le semi de Beaufort en 1h30.

Victor Ponomarev (57) un médecin russe de 64 ans remplace Stéphane Texier empêché au dernier moment.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE

MOLLANS SUR OUVÈZE : Terre d'oliviers, d'arbres fruitiers, de tilleul et de lavande. La Tour de l'Horloge est surmontée d'un campanile, et porte simultanément un carillon, une horloge et un cadran solaire.

MALAUCENE : Belles demeures du Xyle au XVIIIe siècle, vieilles fontaines et lavoirs.

Trail du Ventoux 22 et 35 km. Début Mars.

MONT VENTOUX : 1919 m. Le Géant de Provence avec son sommet aux pentes dénudées et caillouteuses est couronné d'un observatoire, reconnaissable à plus de 100 km à la ronde.

SAULT :

Site français protégé par l'UNESCO au titre du patrimoine mondial. Spécialités de nougats, macarons et miels de lavande. Maison de la lavande.

ROUTE DE LA LAVANDE : Découverte de la Provence en bleu et violet. De jolies routes comme celles du Pays de Sault

mènent les coupeurs de bouquets dans les distilleries artisanales et sur les marchés de la lavande.

Période floraison : 1^{er} Juillet / 30 Août.

APT : Capitale du fruit confit. Situé dans le Parc Naturel Régional du Lubéron. En 1996, le label « marché d'exception français » a été décerné au Marché d'Apt pour son atmosphère, sa permanence et son originalité.

CADENET Village natal d'André Estienne, le célèbre Tambour d'Arcole. Château féodal. Habitations troglodytiques. Musée de la vannerie d'art. Les Foulées des Gardis 12,5 km le 15.08.2005

MEYRARGUES : Château du 17^{ème} siècle avec son vaste parc. Aqueduc romain. Fabrique de santons.

La Foulée de St Claude 11,2 km le 1^{er} Mai.

PEYROLLES EN PROVENCE : Château du Roi René. Grotte aux Palmiers (empreintes de palmiers fossilisés vieilles de 6,5 millions d'années.

La Gambade du Loubatas 13,3 km en Avril.

RIANS : Village situé entre le Pays de la Sainte Baume et de la Sainte Victoire. Belles fontaines et quelques maisons bourgeoises anciennes.

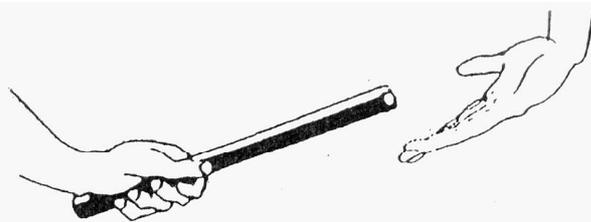
ST MAXIMIN LA SAINTE BAUME A ne pas manquer la basilique gothique Ste Madeleine (le personnage biblique est venue se retirer puis mourir dans une grotte du massif de la Sainte Baume) le couvent royal, les arcades et l'Hôtel Dieu. Foire aux santons.

Via Aurélia Trail 23 et 39 km début avril et Semi Marathon des Vignobles et de la Balade Maximinoise de 04.09.2005

MASSIF DE LA SAINTE BAUME : Il offre une variété de paysages uniques en Provence : une forêt séculaire aux essences rares, de multiples grottes et avens, des sources d'eau pure ou encore d'immenses étendues vallonnées occupées par l'odorante garrigue provençale.

Le Témoin

Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Mercredi 20 juillet 2005

ACCROCHE TOI Y A DU VENT(OUX)

Sommet mythique de la course cycliste, le Mont Ventoux restera dans la mémoire des participants de cette 17^{ème} édition. Le col des tempêtes n'a pas usurpé son nom et la Haute Marne a failli perdre un... pare brise. Habitué aux vallons du Pays de Caux les « gars » de Seine Maritime ont prouvé que la montagne ne leur faisait pas peur et passent en tête le Ventoux suivis au pas de charge par les paras de l'Aude.

RESULTATS

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 12 58 58
- 2 3 pour l'Aude 13 19 11
- 3 Maine et Loire 13 20 49
- 4 Charente Maritime 14 05 20
- 5 Boulangers Alsace 14 11 54
- 6 L'Aliermontaise 14 34 18
- 7 CPLV 14 44 00
- 8 Champenois 14 53 17
- 9 Estuaire Seine 15 10 28
- 10 Haute Marne 15 15 34
- 11 Eure 15 31 26
- 12 CPLV 15 43 11

Classement général

- 1 Seine Maritime 39 42 28
- 2 Maine et Loire 40 43 50
- 3 3 pour l'Aude 41 42 46
- 4 Charente Maritime 42 06 25
- 5 Boulangers Alsace 42 57 22
- 6 l'Aliermontaise 44 16 48
- 7 Champenois 45 48 44
- 8 Estuaire 45 54 28
- 9 Hérault 45 59 35
- 10 Haute Marne 46 11 53
- 11 Eure 46 23 30
- 12 CPLV 48 01 32

PAROLES DE VENTOUX

Mireille Delangle (Alsace) « J'étais impressionnée, le vent me déportait, une vraie tornade. Je n'arrivais pas à ouvrir la portière »

Bertrand Brindel (Estuaire) « Les derniers kilomètres ont été difficiles, quand on est dedans c'est dur et puis après c'est la joie....on est content ».

LES 2 DE LA F.F.A

Si La France en Courant en est à sa 17^{ème} édition nous le devons pour beaucoup à **André Voiriot**. Délégué en 1993 par la FFA pour voir si l'épreuve pouvait obtenir le label (demandé par Dédé) André est venu chaque année pour contrôler l'épreuve.

Né en Lorraine cet ancien prof de technologie mécanique arrive en Normandie en 1983. Il débute l'athlétisme par la piste puis au fil des ans passe aux longues distances. André a participé aux 6 premiers championnats de France des 100 kms. Vice président de son club Mont Saint Aignan-Maromme, André est aussi secrétaire général de la Ligue de Haute Normandie, président du comité départemental d'athlétisme 76 et régional des courses hors stade. Au niveau fédéral il est juge arbitre ; starter, marche et officiel hors stade. Aux

championnats du monde de Paris 2003 André était chargé du matériel et du placement des haies.

Ancien menuisier charpentier **Gérard Glatigny** pratique la course depuis 35 ans. Maire adjoint de Saint Nicolas il est chargé notamment des animations : 10kms qualificatifs au France, course cycliste élite open. Officiel en 2003 sur la FEC, Gérard a monté les 2 équipes de Seine Maritime. Chapeau !

ECHOS

Formidable accueil hier midi à la demi étape de **Cadenet** ou les élus et responsables d'associations ont proposé d'accueillir une étape lors d'une prochaine FEC.

« **Les champs de lavandes c'était fantastique mais j'ai failli me faire bouffer par 2 chiens c'était moins drôle** » Pascale Schwardelee (Estuaire) se souviendra de ce 19 juillet.

MOT DU KPB (kiné podobobo)

Jean-Paul, Delphine et Guy (kiné, arrivé aujourd'hui) sont à votre disposition aux douches, à la demi étape à partir de 10H30 et à l'étape à partir de 16H30 avec Laurence et Irène podologues). Le staff est au complet.

COURIR POUR LA SEINE MARITIME

Pour la première fois depuis la création de l'épreuve le département de SEINE MARITIME aligne une équipe au départ de la FRANCE EN COURANT. Cette initiative réjouit Dédé et les organisateurs de l'EURE qui voient là une récompense à leur persévérance, bien aidés en cela par Gérard GLATIGNY contrôleur FFA et maire adjoint de Saint Nicolas d'Aliermont.

Gérard a mobilisé autour de lui des anciens de la FEC et des néophytes, tous de qualité.

Honneur à la féminine **Marilyne BENESTON (dossard 32)**, ouvrière de garnissage qui fit partie de l'équipe féminine en 2000. Emmenée par Sophie AUPY

(aujourd'hui dans l'équipe d'organisation) cette équipe fit l'admiration de tous.

Autres anciens de la France en courant :

Jean-Pascal HEBERT (35), **Philippe CATEL (33)** et **David GAIGNE (37)**.

Jean-Pascal, tourneur fraiseur, participe chaque année aux « **33 heures contre le cancer** » où il a parcouru 172 Kms l'an passé.

Superviseur production **Philippe CATEL** a mis 1h15 au semi d'Eu et 2h46 au marathon de Dublin en octobre dernier.

Chargé de maintenance **David** de Ferrières en Bray a couru avec Forges les Eaux, équipe chère à André Delarue. Il court le semi en 1h15 et le marathon en 2h45.

Capitaine de l'équipe **Alain BAC (31)** est agent de maintenance. Ses meilleures performances au marathon 2h31, au semi 1h10, au 10kms 31 mn 50 s

Auxiliaire spécialisé vétérinaire **Bruno LEJEUNE (36)** a couru le célèbre marathon du Mont St Michel en 2h56 et a réalisé 1h 21 au semi marathon de la pomme.

Guy Louis GRICOURT (34) conducteur de travaux a participé au marathon de Marrakech en janvier (3h04) puis à celui du Mont St Michel (2h48). Au championnat de France des 100kms en 2002 Alain a mis 9h21 et terminé 60^{ème}.

Nouveau venu à la dernière minute le marseillais **Richard MAGOAROU (38)** court le 10000 en 33minutes et le semi en 1h12.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!

CARCÈS : Vieux village s'enroulant en colimaçon autour de ruelles étroites. 3^{ème} ville de France éclairée à l'électricité depuis 1889. Lac de Carcès de plus de 100 ha ; véritable paradis pour les pêcheurs.

Le Tour du Lac de Carcès 15,3 km fin Mars.

DRAGUIGNAN. Tour de l'Horloge, Place du Marché, Eglise St Michel, Hôtels particuliers. Musée des Arts et Traditions Provençales.

Les 10 km de Draguignan au mois de Mai.

CABRIS : Perché en nid d'aigle, le village déploie en un éventail, de vieilles maisons blotties autour des ruines du château féodal. Panorama exceptionnel sur Cannes, les îles de Lérins et les montagnes de l'arrière pays niçois.

GRASSE : Vous serez sous le charme de ses places, de ses marchés, de ses fontaines Capitale mondiale de la parfumerie. Musée international de la parfumerie.

La Boucle du Jasmin 16 km, début Mai – Le.11.05

TOURRETTES SUR LOUP : Cité des violettes.

VENCE : Cathédrale du Xe siècle, mosaïque de Chagall – Chapelle du Rosaire (Matisse).

Ascension du Col de Vence 12,8 km début Mai.

ST JEANNET : Blotti au pied d'un immense Baou (rocher), le village offre de magnifiques panoramas sur la vallée et la Côte d'Azur. Paradis pour les amateurs d'escalade.

COLOMARS Entourée d'une belle végétation méditerranéenne

Les Boucles de Colomars 11 km début Avril.

ASPREMONT : Village perché où les maisons sont installées en spirale formant une sorte de couronne au sommet de la colline.

Les Collines aspremontoises, course de 13 km le 30.07.2005

LEVENS : Vue panoramique sur le Mercantour, les Pré-Alpes de Grasse, le Cap d'Antibes ainsi qu'une vue plongeante sur le confluent du Var et de la

Vésubie. Magnifiques cèdres du Liban séculaires.

Le Trail Levensan le 2.10.2005

BELVEDERE DU SAUT DES

FRANÇAIS : Panorama exceptionnel sur les gorges de la Vésubie. Durant la guerre de 1793-1794, lors du rattachement du Comté de Nice à la France, et à l'arrivée des troupes révolutionnaires françaises, les « Barbets » (maquisards de l'époque) obligèrent leurs prisonniers français à sauter dans le vide.

ROQUEBILLIERE : Unique station thermale de la Côte d'Azur. Village 2 fois détruit par des éboulements en 1564 et en 1926.

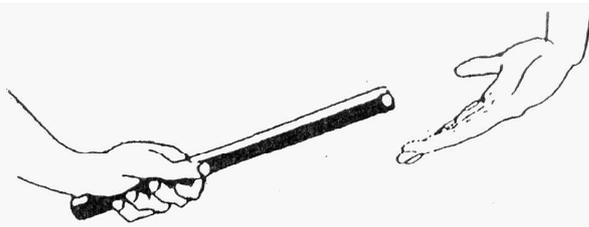
SAINT-MARTIN-VESUBIE :

Surnommé la « Suisse niçoise », le village est animé été comme hiver. Il compte sur son territoire le point culminant des Alpes Maritimes : le Gélas 3143 m. Un ruisseau appelé « gargouille » traverse le village de part en part.

Le Grand Raid du Mercantour 102 km fin juin – La Palu 24 km le 14 juillet.

Le Témoin

Mag



Le quotidien de **La France en Courant**

Jeudi 21 juillet 200

DES PARFUMS AUX VAPEURS D'ESSENCE

Capitale mondiale du parfum Grasse aura surtout marqué les coureurs par ses vapeurs D'essence. L'intense circulation propre au Midi (surtout en juillet août) marqua en effet cette demi étape. Pas facile de courir dans de telles conditions surtout que certains chauffeurs font preuve d'une déplorable inconscience. Heureusement la seconde demi étape fut remarquable par la beauté des paysages. Cette journée ne fut en rien une étape de transition comme certains le croyaient. La Seine Maritime continue sa course en tête toujours talonnée par le Maine et Loire et l'Aude. Les 3 étapes à venir s'annoncent redoutablement magnifiques. Nous allons traverser des paysages à couper le souffle (gênant pour les coureurs!) et franchir 4 cols dont La Bonnette à 2800 mètres. Que de souvenirs en perspective !!

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 13 46 11
- 2 Maine et Loire 13 56 02
- 3 3 Pour L'Aude 14 08 04
- 4 Boulangers Alsace 14 39 29
- 5 Charente Maritime 14 57 51
- 6 Haute marne 15 29 39
- 7 Estuaire Seine 15 50 10
- 8 Aliermontaise 16 08 54
- 9 Champenois 16 08 54
- 10 Hérault 16 18 07
- 11 Eure 16 18 51
- 12 CPLV 16 37 58

Classement général

- 1 Seine Maritime 53 28 39
- 2 Maine et Loire 54 39 52
- 3 3 pour l'Aude 55 50 50
- 4 Charente Maritime 57 04 16
- 5 Alsace 57 36 51
- 6 l'Aliermontaise 60 25 42
- 7 Haute Marne 61 41 32
- 8 Estuaire Seine 61 44 38
- 9 Champenois 61 57 38
- 10 Hérault 62 17 42
- 11 Eure 62 42 21
- 12 CPL V 64 39 30

QUEL ACCUEIL

Merci à la boulangerie du Var et à la mairie de Vence pour le sympathique et généreux accueil fait à toute la caravane.

BON ANNIVERSAIRE ALAIN Ce soir nous aurions dû fêter les 54 ans d'Alain Aubert mais malheureusement le coureur de Charente Maritime, blessé, a dû quitter son équipe. Il envisage de participer à la prochaine édition avec sa propre équipe de Haute Saintonge.

L'HOMME A TOUT FAIRE

André Charrier est, après le président Sourdon, celui qui connaît le mieux La France en Courant. En effet venu en 2000 comme chauffeur de l'équipe de la Charente Maritime, André a fait le fléchage les 3 années suivantes. Depuis 2004 il s'occupe des parcours détaillés et contacte les

mairies, les préfetures, les services de l'Equipement. Pour ces derniers les contacts sont plus aisés. Puisqu' André est un ancien de l'Equipement «**j'ai été contrôleur des travaux durant 39 ans!**». C'est aussi un syndicaliste toujours actif.

La préparation d'une édition de la FEC demande 18 mois de travail. Merci André 1

Si vous souhaitez lui faire plaisir sachez qu'il collectionne des affiches et sa compagne Danielle les stylos à bille publicitaire.

ECHOS

* **Christophe Magoarou de l'équipe de Seine Maritime a éclaté une chaussure aussitôt remplacée par des neuves offertes par l'équipe.**

* Les élus et responsables d'associations de Cadenet séduits par le sérieux de l'organisation et la gentillesse de toute la caravane nous invitent à faire étape une année prochaine.

* **Pas toujours facile de trouver un endroit pour dormir surtout quand il fait nuit noire et cela amène parfois des drôles de situation. Ainsi la toubib Isabelle a dormi à côté de la station d'épuration.**

Le KPB rappelle que 192 jambes et 192 pieds (dont 960 orteils) ne peuvent être traités quotidiennement par 10 bras. Merci de respecter les priorités. Les blessés seulement!

COURIR POUR LA CHARENTE MARITIME



Jo et André font chaque jour la promotion de la Charente-Maritime.

Fidèle de LA FRANCE EN COURANT depuis maintenant 5 ans cette équipe compte sur quelques « piliers » pour arriver à se construire. Un grand merci à Jo GESLIN autrefois coureur et aujourd'hui chauffeur qui se bat pour réunir des coureurs et à André Charrier responsable des parcours.

Cette année il a trouvé un appui avec **Jacques BECKER (21)** membre de l'équipe en 2004.

Ancien de l'armée de l'air Jacques a bien sûr participé au marathon de La Rochelle (2h50) mais aussi au Raid Savane Burkina Faso (3^{ème} sur 40) et à « Landes et Bruyères » à Erquy (1^{er} V2).

Retraité **Alain AUBERT (22)** a fait La Rochelle (3h11)

Commerçante à La Rochelle **Ghislaine BALLANS (23)** a participé au Grand Raid de La Réunion et réalisé 3h21 au marathon de Paris.

Professeur d'université Jean **Christophe MAURIN (25)** a mis 3h05 à La Rochelle et participé au trail des Templiers et au trail de Vulcain.

Gilles FOISSARD (24) vient de Besançon et il compte déjà 4 participations à La France en Courant.

Cet assistant d'éducation a couru le marathon de Lyon (3h47s) et le semi de Gray (1h21). Adeptes des longues distances il est surnommé dans son club de Vesoul « le kényan blanc » !!!!

C'est à Marathon expo à Paris que **Philippe PONCELET (26)** et **Agnès THOMAS (28)** ont découvert La France en Courant et ont décidé de s'inscrire.

Directeur des ventes Diagnostic Médical Philippe a mis 2h54 au marathon de La Rochelle et 1h22 au semi de Reims. Il a participé à plusieurs trails : Besançon, Verdon... Agent à la CPAM, Agnès a couru La Rochelle (3h35) et le semi de Paris (1h42).

Vendeur dans un magasin d'athlétisme **Ludovic REY (27)** est licencié au Paris Université Club. Il n'a jamais couru de marathon mais aligne 3'47'' au 1500m, 14'09'' au 5000 et 30'21'' au 10000 !

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!

PARC NATUREL DU MERCANTOUR : Créé en 1979 – Au cœur de cet écrin se cache un joyau classé monument historique, la célèbre Vallée des Merveilles avec ses 37000 gravures rupestres datant de l'âge du bronze.

UTELLE Deux cadrans solaires du 17^{ème} siècle à la mairie. Façades colorées. Fontaine imposante.

ST SAUVEUR SUR TINEE : L'église et son clocher de pierre aux 4 loups. En levant la tête on peut voir les greniers ouverts, les toits de lauzes clouées donnant une impression de carapace d'écailles.

ISOLA : Situé à 17 km de la station de ski Isola 2000. Eglise baroque

St Pierre avec son magnifique clocher carré du XII^{ème} siècle. La Foulée d'Isola 2000, 15,5 km le 31.07.2005 – La Course du Louch 13 km le 28.05.2005.

ST ETIENNE DE TINEE : Amateurs de peinture en trompe-l'œil vous serez ravis, les fresques sont nombreuses dans le village. Belle église baroque repeinte de jaune d'or. Musées des Traditions, du Lait, de l'Ecole.

L'Ascension de la Bonette 27 km

COL DE LA BONETTE : 2802 m. C'est le col le plus haut d'Europe, il relie le Mercantour à l'Ubaye. Pourcentage moyen 6,4 % sur 25,8 km au départ de Saint Etienne de Tiné.

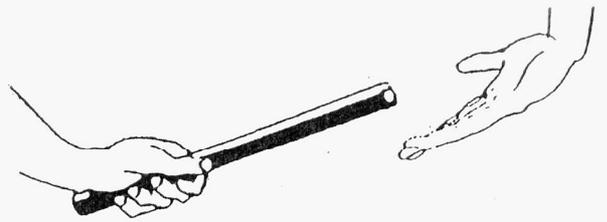
JAUSIERS : Village de montagne dans la vallée de l'Ubaye. Rue piétonne agréable aux façades pastel. Eglise St Nicolas de Myre d'un baroque sobre.

COL DE VARS : 2109 m. Pourcentage moyen 5,7 % sur 14,1 km au départ de Gleizolles.

GUILLESTRE : La ville domine le Guil. Notre Dame d'Aquilon avec ses colonnes du porche reposant sur deux statues de lions couchés. Remparts datant du XIV^{ème} siècle. Tour d'Eygliers. La rue des Masques passe entre des rochers « figuratifs (masc = sorcier en provençal)

Le Marathon des Etoiles le 10.09.2005 – La Guillestroise 13,5km le 16 octobre 2005

Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Vendredi 22 juillet 2005

LA MONTAGNE CA VOUS GAGNE !

Et plus tard vous pourrez dire à vos petits enfants « **Je l'ai fait moi la Bonnette le 21 juillet** ». Cette étape va en effet marquer l'Histoire de la France en Courant et avant de l'évoquer, félicitations à tous les coureurs. Sur une route nettement améliorée par rapport à 2002 (merci le Tour de France) la Seine Maritime a une fois encore fait preuve d'une grande voracité. L'équipe d'Alain Bac a monté la Bonnette à plus de 14 de moyenne devant de 17mn au sommet l'Alsace !! Soulignons le bon comportement de CPLV qui prend la 6^{ème} place.

Les Joggeurs ne sont plus que 7 car Christophe Sirdey est blessé. Dommage !

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 12 44 45
- 2 3 pour l'Aude 13 14 45
- 3 Maine et Loire 13 28 30
- 4 Boulangers Alsace 14 14 04
- 5 Charente Maritime 14 20 30
- 6 CPLV 14 32 46
- 7 L'Aliermontaise 14 46 04
- 8 Eure 15 02 42
- 9 Hérault 15 03 16
- 10 Champenois 15 08 56
- 11 Estuaire Seine 15 19 46
- 12 Haute Marne 17 02 15

Classement général

- 1) Seine Maritime 66 13 24
- 2) Maine et Loire 68 08 22
- 3) 3 pour l'Aude 69 05 35
- 4) Charente Maritime 71 24 46

- 5) Alsace 71 50 55
- 6) l'Aliermontaise 75 11 46
- 7) Estuaire Seine 77 04 24
- 8) Champenois 77 06 34
- 9) Hérault 77 20 58
- 10) Eure 77 45 03
- 11) Haute Marne 78 43 47
- 12) CPLV 79 12 16

PAROLES DE MONTAGNARDS

Michel Riffault (CPLV) « je me suis surpris et éclaté, moi qui n'avais jamais couru en montagne je n'ai pas eu de problème et puis ces paysages !! »

Anne Dell'Ollio (Eure) « Les montées ça va mais les descentes c'est plus difficile... »

Daniel Gourlain (Estuaire) « C'est dur mais l'entente dans l'équipe est super. J'ai de belles sensations et puis je vais venir en vacances dans ce coin c'est vraiment trop beau ! »

Sandrine (Aude) « C'est très dur, très physique, un peu trop peut être. On se demande comment tout le monde va terminer. Je suis contente l'esprit sportif revient. »

MERCI L'EURE

Depuis 4 années le Conseil Général de l'Eure soutient activement l'association La France en Courant à travers plusieurs actions. La première consiste à parrainer une équipe composée d'habitants du département. Pour ces 8 athlètes et 2

chauffeurs tout est offert (les veinards doivent penser beaucoup d'entre vous).

La seconde action est la présence durant l'épreuve de 2 étudiants Benjamin et Charles chargés de présenter les atouts de l'Eure sur un stand à chaque étape et d'offrir un cadeau aux élus et journalistes des villes étapes.

Le but de cette double action est bien sur de faire mieux connaître ce département qui mêle agriculture et industrie de pointe. N'hésitez pas à demander des brochures.

Voilà un exemple dont pourraient s'inspirer bien des départements.

3^{ème} FEC pour **Benjamin Lebault** qui passe un « master » de développement humanitaire à Bordeaux tandis que **Charles Imbault** en licence de logistique industrielle découvre l'épreuve. Ecoutez son avis (autorisé) « **La FEC au niveau logistique c'est super !!** »

KPB – CONSEILS

* Pensez à desserrer vos chaussures pour la montée (éviter les conflits languette – cou de pied).

* Pensez à resserrer avant la descente (évitez les butées d'orteils en bout de chaussure) * Il fait chaud, y a du vent, vous courez : **pensez au sel !**

LES JOGGERS DE LA HAUTE MARNE



Si un coureur a fait preuve d'une incroyable persévérance pour monter une équipe, c'est bien **Christophe SIRDEY (111)**. Pourtant ses deux premières participations à La France en Courant (2002 et 2003) n'avaient pas toujours été faciles à vivre ! Il parla même d'abandon mais heureusement s'accrocha et

aujourd'hui le voilà capitaine des « JOGGERS DE LA HAUTE MARNE » Bravo Christophe !

Imprimeur de profession Christophe a participé au championnat de France des 100kms (9h10) puis au marathon de Paris (2h55). Il a mis 23 heures au Grand Raid de La Réunion !!

Retraité **Alain AUBERT (112)** a couru le marathon des Vosges en 3h20 et le semi de Villers en 1h30. Il a également participé au trail de Gérardmer.

Fonctionnaire VVF **Dominique CRESSOT (113)** a participé au marathon de Berlin (3h55) mais aussi à de nombreux trails.

Pour la première fois depuis sa création la France en Courant voit la participation d'un médium ou plutôt d'une car il s'agit de **Josette DEFRENNE (114)** qui demeure à Rambouillet mais est d'origine belge. Connaît elle déjà le nom de

l'équipe gagnante ? Josette a mis 3h45 au marathon des Yvelines.

Eric LANOE (115) vient de Paris ou il exerce la profession d'informaticien. Sans entraînement il a mis 3h48 au marathon de Paris

Annick JAUGEY (116) est auxiliaire de vie sociale. Elle a participé à des raids à l'étranger mais aussi au semi de Nuits St Georges (1h55) et au marathon d'Amsterdam (4h05). Retraité de l'Office National des Forêts

René MECHEZ (117) a fait des trails, des 10kms et plusieurs corridas. Il a mis 4h13 au marathon de la Liberté à Caen.

Agent de la Poste **Olivier MONTAGNE (118)** a participé au marathon de Lausanne (3h15) et a mis 1h26 au semi de Saint-Luc.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE

ST VERAN : 2040 m. La plus haute commune d'Europe est située dans le parc naturel régional du Queyras créé en 1977

COL D'ISOARD : 2360 m. De Guillestre 31,7 km de montée à 4,5% de moyenne

BRIANCON : Climat exceptionnel avec un ensoleillement de 300 jours par an. Ville de cure pour soigner l'asthme. Ville militaire dont l'importance stratégique lui a valu d'être fortifiée par Vauban La Ronde pédestre nocturne 5 km le 11.08.2005 – Le relais Névache-Briançon 21 km le 9.10.2005

LE MONETIER LES BAINS : 1495 m. Musée d'art sacré et bain thermal. Station de Serre-Chevalier toute

proche. Vestiges d'anciennes fortifications.

COL DU LAUTARET : 2058 m. Pentes dépassant rarement 5 %

COL DU GALIBIER : 2646 m. Du Lautaret 7,5 km à gravir à 6,6 %

VALLOIRE : Valloire tire son nom de « Vallée d'Or ».

Le Trail de Valloire 24 km, fin Juin.

COL DU TELEGRAPHE : 1566 m. Pourcentage moyen 3,4 % sur 4,8 km.

ST MICHEL DE MAURIENNE : Le Soleil de la Savoie. Située au pied des grands cols alpins, à proximité des stations de ski et aux portes du Parc National de la Vanoise.

Le Tour de Ville 8 km le 24.09.2005

PARC NATIONAL DE LA VANOISE : Premier parc national français créé en 1963 à cause

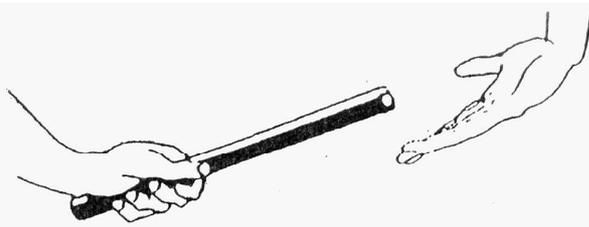
notamment de la disparition du bouquetin dans le massif de la Vanoise.).

MODANE : 1000 m – 4000 hab. Petite ville au bord de l'Arc située aux Portes de la Haute Maurienne. Le cross du Replaton 8 km le 8.10.2005-01-12

TERMIGNON LA VANOISE : 1300m. Troisième commune de France en superficie (le tiers du Parc national de la Vanoise), 16 glaciers, 63 sommets de plus de 3000 m. Sommet le plus haut : La Grande Casse 3855 m.

Eglise baroque, Maison de la Vanoise, La Pleureuse (monument aux morts) Spécialité de fromage : le bleu de Termignon

Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Samedi 23 juillet 2005

CHOUETTE, PLUS QUE 8 JOURS DE COURSE

Dans quelques semaines chez votre coiffeur quand vous lui raconterez que le 22 juillet vous vous êtes levés à 2h du matin pour faire un aller retour jusqu'au plus haut village d'Europe et que vous avez ensuite franchi l'Izoard, le Lautaret, le Galibier puis le Télégraphe et tout cela en courant il vous prendra pour un FOU. Et il aura raison. VOUS ETES VRAIMENT FOUS !!!

Encore une étape très difficile et nombre de coureurs ont apprécié modérément l'aller-retour St Véran !!! Une fois encore la beauté de la montagne atténue les douleurs.

La Seine Maritime a une nouvelle fois montré sa force car réduite à 7 coureurs, l'équipe finit malgré tout vainqueur suivie de l'Aude à 4mn et du Maine et Loire à 23mn.

Trois équipes ont couru plus de 17h : Hérault, Haute Marne, et l'Aliermontaise.

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 14 15 35
 - 2 3 pour l'Aude 14 19 12
 - 3 Maine et Loire 14 38 48
 - 4 Boulangers Alsace 15 14 10
 - 5 CPLV 16 12 42
 - 6 Eure 16 24 49
 - 7 Estuaire Seine 16 28 41
 - 8 Champenois 16 34 13
 - 9 Aliermontaise 17 01 52
 - 10 Hérault 17 13 01
 - 11 Haute Marne 17 23 50
- N C : Charente Maritime

Classement général

- 1 Seine Maritime 80 28 59
 - 2 Maine et Loire 82 47 10
 - 3 3 pour l'Aude 83 24 47
 - 4 Alsace 87 05 05
 - 5 Aliermontaise 92 13 38
 - 6 Estuaire 93 33 05
 - 7 Champenois 93 40 47
 - 8 Eure 94 09 52
 - 9 Hérault 94 33 59
 - 10 CPLV 95 24 58
 - 11 Haute Marne 96 07 37
- N C : Charente Maritime

CHARENTE MARITIME PREND L'EAU !

La 17^{ème} édition de la FEC ne compte plus officiellement que 11 équipes. La Charente Maritime a en effet décidé d'abandonner l'épreuve. Réduite à 7 après le départ d'Alain, les tensions ont persisté entre les équipiers et de nouveaux blessés sont apparus. Il fallut se rendre à l'évidence : impossible de continuer dans de telles conditions. Malgré tout les coureurs ont décidé de continuer mais hors classement

ECHOS

* A la ramasse jeudi soir, les joggeurs sont repartis d'un bon pied (enfin presque) quelques heures plus tard. Bravo la Haute Marne, nous sommes tous fiers de vous.

* **Pour éviter qu'un des équipiers n'attrape la grosse tête Le 3 pour l'Aude a une méthode radicale : on ferme la porte coulissante du camion. Voilà la mésaventure survenue à Didier**

heureusement Docteur Bobo est intervenue et notre para s'est remis à courir.

On ne vante plus les mérites de la roulante mais donnons lui une mention spéciale pour son héroïsme dans le col de l'Izoard. Dans le froid et le vent, Micheline et sa brigade ont préparé comme toujours un savoureux petit dej'.

Cette année encore Daniel Mattard prend des photos de la course. Mais progrès oblige, fini le papier et place au numérique. Vous pourrez commander un CD (20euros) à l'arrivée.

La FEC accueille cette année 6 petits jeunes qui participent aux animations : Pascale Benoît (Rouen) tient le stand des villes étapes, Justine Dupuis (Pont -Audemer) celui de Courir pour la vie. Lambert Barault (le fils de la podo) est le bonhomme gonflable et sa sœur Nathalie donne un coup de main tandis que Quentin continue de vendre des cartes

K.P.B. Conseil

Si vous voulez continuer l'épreuve dans la bonne humeur

Pensez : **RECUPERATION !**

Dormez, Buvez, Etirez

K.P.B. Infos

Irène s'en va, Philippe arrive.

LE 3 POUR L'AUDE



Jean-Louis Sylvestre et le président du Conseil Général de l'Aude en 2004 à Talairan.

Pour la première fois dans la longue histoire de La France en Courant une équipe de militaires s'aligne au départ. Bienvenue donc au 3^{ème}

RIMA basé à Carcassonne et un grand merci à Jean Louis Sylvestre sans qui rien n'aurait été possible. L'histoire mérite d'être contée.

Membre de l'équipe de Montpellier sur la FEC 2001, Jean Louis a convaincu les élus de Gruissan et Caunes Minervois d'accueillir les coureurs en 2003. Il a usé de la même persuasion envers le Conseil Général de l'Aude pour « parrainer » les parachutistes. Merci Jean Louis ! Capitaine de l'équipe, **Sylvain Guillouet** (dossard 81) originaire du Calvados affiche 3h42 au marathon de Carcassonne.

David Dolle (83) a réalisé 2H42 au marathon Alvis et 1h11 au semi d'Auch.

Thierry Gueguen (84) a mis 4h10 au marathon de Cahors mais il courait en...rangers !! Sinon il court en 3h20.

Frederic Jestin (85) charentais d'origine pratique l'athlétisme depuis 1984. Il a couru le marathon de Paris en 3h07.

Né à Dijon **Didier Rion** (86) remplace Frédéric Marchesseau blessé mais présent sur l'épreuve comme accompagnateur.

Stephan Orloff 40ans, n'est pas militaire mais policier à Narbonne Il a couru les 100kms de Millau en 12h57 et affiche 1h40 au semi de Narbonne.

Originaire de Saumur, **Karl Paye** (88) a couru de nombreux raids en Martinique et affiche 1h27 au semi de Carcassonne.

La féminine de l'équipe exerce la profession d'enseignante, **Sandrine Degaugue** (82) s'est classée 5^{ème} féminine au semi de Bordeaux en 1h27.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!!

BONNEVAL SUR ARC : la commune fait partie des plus beaux villages de France. Sur les balcons de bois sèche le fumier pour obtenir un combustible primitif mais efficace, le bois étant précieux à cette altitude.

COL DE L'ISERAN : 2770 m. – 14 km d'ascension à 7 % de moyenne. Route établie depuis 1936, une admirable liaison touristique entre la Maurienne et la Tarentaise.

VAL D'ISERE : En 1920, ce village vivait au rythme des saisons. Sa chance fut en 1936 la construction de la route de l'Iseran C'est à l'après-guerre que Val d'Isère se transforma en une station de sports d'hiver.

Défi mondial de dénivelée positive 3 km à grimper 24 h. Début Juillet.

BARRAGE DE TIGNES : Construction entre 1948 et 1952.

Hauteur 180 m. Capacité de 230 millions de mètres cubes. Le Colosse,

fresque peinte sur le barrage couvre 9000 m².

CORMET DE ROSELEND : 1968 m. De Bourg St Maurice, 20 km d'ascension à 6 % de moyenne.

BEAUFORT : Le fromage de beaufort de type gruyère est reconnu AOC depuis 1968. Production annuelle 4500 tonnes soit 11000 meules.

Il faut 10 kg de lait pour fabriquer 1 kg de beaufort.

UGINE : le symbole de l'industrie lourde : aciérie, hydro-électricité.

Le Trophée Guillermin 11 km le 1^{er} Mai.

FAVERGES : A proximité du lac d'Annecy dans le Parc Régional du Massif des Bauges. Château.

Le Trail Faverges – Odlo 24 et 37 km en Juin.

PARC REGIONAL DU MASSIF DES BAUGES : Superficie 80936 ha. Créé en 1995 sur les départements de

Savoie et Haute Savoie pour une période de 10 ans. Au 1^{er} Janvier 2006, le Parc n'est plus ... sauf si.

ANNECY. La Venise des Alpes. Sa vieille ville, son château, son lac niché dans un écrin de montagnes.

Les 10 km d'Annecy, début Avril – L'Annecime 75 km mi-mai. – Marathon et Semi du lac d'Annecy le 25.09.2005-01-13

FRANGY :

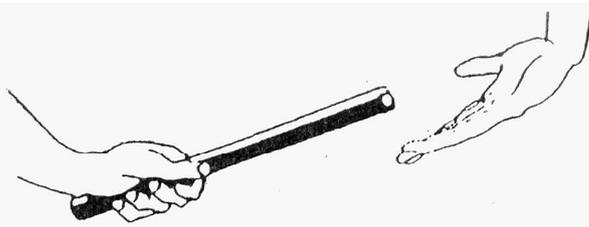
La Roussette, spécialité locale, est un vin jaune doré très fruité et moelleux.

BELLEGARDE-SUR-VALSERINE : 11329 hab. Située au confluent du Rhône et de la Valserine. La nature des rochers au lit de ces cours d'eau prend une forme bien particulière : la perte de la Valserine ; l'eau s'enfonce dans le sol et il est encore possible de traverser la rivière sur une courte passerelle.

La Montée du Crêt-d'Eau 14 km mi Juin.

Le Témoin

Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Dimanche 24 juillet 2005

LES ALPES ONT FAIT DES DEGATS

OUF !!! Les Alpes sont derrière nous et cette 17ème édition restera marquée par les nombreux cols franchis durant ces 3 journées. Seine Maritime, Maine et Loire et Aude se tiennent en moins de 30mn. Chapeau ! L'Hérault s'est séparé d'un coureur totalement ingérable et la Haute Marne ne participe plus au classement officiel. Pas facile cette édition 2005 mais comme le dit Anne (Courir pour l'Eure) « **C'est très dur mais qu'est ce que c'est chouette comme aventure** »

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 11 27 49
 - 2 3 pour l'Aude 11 50 19
 - 3 Maine et Loire 11 53 46
 - 4 Boulangers Alsace 12 23 47
 - 5 Estuaire Seine 13 27 17
 - 6 CPLV 13 47 40
 - 7 Hérault 13 49 13
 - 8 Aliermontaise 13 53 58
 - 9 Eure 13 55 59
 - 10 Champenois 14 04 10
- N.C. Haute Marne
Charente Maritime

Classement général

- 1 Seine Maritime 91 56 48
 - 2 Maine et Loire 94 40 56
 - 3 3 pour l'Aude 95 15 06
 - 4 Boulangers Alsace 99 28 52
 - 5 Aliermontaise 106 07 36
 - 6 Estuaire Seine 107 00 22
 - 7 Champenois 107 44 57
 - 8 Eure 108 05 51
 - 9 Hérault 108 23 12
 - 10 CPLV 109 12 38
- N.C. Haute Marne
Charente Maritime

AH LE BON PAIN !

Dés sa création, La France en Courant s'est attaché à la promotion du pain artisanal. Celle ci a trouvé un nouvel élan depuis 2004 grâce à **Roger Guiard** de Blévy (Eure et Loir). Le meunier de Dédé fabrique chaque jour aux étapes du pain offert aux spectateurs et aux coureurs. Une tâche pas facile car le camion chargé du four doit partir vers 5h pour rejoindre l'arrivée vers 10h afin de mettre le four en route. Là **Michael Guénechault**, démonstrateur, pétrit et cuit un pain apprécié de tous.

2 NOUVELLES EQUIPES

Cette nuit à Besançon, 2 nouvelles équipes vont prendre le départ. La première est composée de coureurs de la région de Masevaux ou nous ferons étape demain et la seconde de licenciés du club de Rouffach en Alsace emmenés par Eric Millet qui a couru 9 fois la FEC. C'est d'ailleurs là qu'il a connu sa femme !!

LA HAUTE MARNE

A BAS

Après la Charente Maritime, c'est au tour de la Haute Marne de déclarer forfait. Les blessures physiques de quelques uns ajoutées à des blessures morales ont eu raison de la volonté d'aller jusqu'à Bernay. Dommage et souhaitons revoir une équipe de ce département à la prochaine édition.

ECHOS

André Voiriot a l'œil et pourtant il s'est fait voler son portable à Ugine. Voici son nouveau numéro **06 85 32 44 80**

« Vas y maman, cours plus vite »

Chaque jour Nadine de l'équipe des Pétillants Champenois est encouragée par ses enfants qui la suivent à bord d'un camping car conduit par ses parents. Ceux ci ont décidé de passer ainsi leurs vacances. Une initiative originale bien dans l'esprit de la FEC.

« **Mangez, buvez, étirez** » Certains mauvais esprits ont interprété à leur manière ce conseil du KPB paru dans le précédent Témoin. Disons le tout net la FEC est une épreuve propre et comme le clame Dédé « **Pas de drogue, pas de fric c'est le meilleur moyen de ne pas avoir de médias** »

Le pire c'est qu'il a raison !!

Visite surprise hier à Bellegarde d'Eliane Lassibille qui a couru 4 fois la FEC. Cette monteuse de cinéma partait en Italie faire le trail du Grand Paradis.

* Le comité d'animation de **Pont de Poitte** offre un ravitaillement ce matin.

Attention un seul véhicule de surveillance médicale pendant 48heures

L'ALIERMONTAISE



Gérard Glatigny et Christian Ridel.

Voilà un nom d'équipe qui ne va pas manquer de surprendre. En fait l'Aliermontaise indique que les coureurs représentent Saint Nicolas d'Aliermont, une ville de Seine Maritime proche de Dieppe ou nous ferons étape le 29 juillet. C'est grâce à Gérard Glatigny, contrôleur FFA et

maire adjoint de cette commune qu'une équipe a été créée et que nous ferons étape. Merci Gérard !!! Capitaine de l'équipe **Bruno Mangard (91)** est ouvrier d'usine. Il court le marathon en 3h31 et le semi en 1h36.

Cette équipe compte plusieurs « anciens » de La France en Courant comme **Alain Leullier (96)** ouvrier qui a participé en 2000 et a couru le marathon de Paris en 3h30.

Si un coureur connaît bien la FEC, c'est **Christian Ridel (97)** qui a déjà participé 5 fois au sein de différentes équipes. Ce conducteur d'engins vient avec son fils Julien qui servira de chauffeur à l'équipe.

Autre ancien de l'épreuve **Martial Picard (95)** maçon qui courut en 2002 et 2003. Il a mis 3h20 au marathon de Paris et 1h25 au semi du Pays de Caux.

Inscrite en individuelle, **Salima Allaoui (92)** évolua en 2004 avec l'équipe VIP. Gérard Glatigny la remarqua et fit appel à cette marseillaise, assistante maternelle pour être la féminine de l'équipe.

Artisan transporteur **Jacky Bouteiller (94)** a couru en 9h16 les 100kms de Chavagnes en 3h le marathon de Paris et en 1h24 le semi de Quincampoix. Jacky est arrivé 3^{ème} aux 24 h de Monaco en parcourant 189kms.

Né à Quillebeuf sur Seine **Jean François Bougon (93)**, opérateur polyvalent a couru le marathon d'Orléans en 3h50 et le semi d'Anneville sur Scie en 1h41.

Responsable météorologie **Franck Simon (98)**, 40 ans affiche 3h34 au marathon et 1h40 au semi.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!

OYONNAX :

24650 hab. Terre du Haut Bugey. L'équilibre entre nature et technologie. Capitale de la Plastic-Valley. Nom donné par un journaliste américain comparant l'état d'esprit qui y règne à celui de la mythique Silicon Valley en Californie. Musée du peigne et de la plasturgie.

DORTAN : La ville a été incendiée par les allemands lors de la guerre 1939-45, une « cité provisoire » a dû être construite, elle est toujours habitée. Actuellement le château de Dortan est un centre de souvenirs qu'il faut voir

SALINS LES BAINS. Station thermale accueillant 2000 curistes

par an. Les Salines fermées depuis 1962 ont contribué à la croissance de la ville depuis le VIII^e siècle. Centre thermal de remise en forme.

La Montée du poupet 17,5 km mi-mai.

PONT DU NAVOY : Doit non nom à la barque « navoy » qui assurait jadis la traversée de l'Ain

BEURE : 236 m – 1394 hab. Située sur une voie romaine. Ancien village vigneron.

BESANCON : 122308 hab. Capitale de la franche Comté, Besançon est un joyau unique

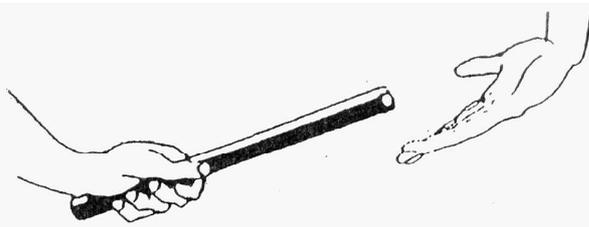
serti dans l'antre d'une boucle fluviale à nulle autre pareille :

Le Doubs. César déjà remarquait : « Le Doubs qui entoure la ville d'un cercle qu'on dirait tracé au compas ». Ville thermale et fluviale. Visite de la Citadelle, chef d'œuvre du XVII^e siècle conçue par Vauban ; la cathédrale St Jean et son horloge astronomique. Musée des Beaux Arts.

Les Rives du Doubs 10 et 21,1 km mi-avril – Le Trail des Forts du Grand Besançon 33 km début mai La corrida de Besançon 9 km le 27 décembre 2005.

Le Témoin

Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Lundi 25 juillet 2005

UN DIMANCHE AU VERT

Ca y est le Tour de France est fini et les médias vont enfin s'intéresser à nous ! (non je rêve) Encore une belle étape dans un paysage d'une beauté paisible. Les couleurs des tenues tranchaient joliment dans ce paysage vert. L'arrivée à Besançon était magnifique.

A signaler la remontée des Champenois sur l'étape du jour et la belle bagarre entre le Maine et Loire et l'Aude au général. Moins de 20mn les séparent après 1496 Kms de course.

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 13 46 36
- 2 3 pour l'Aude 14 00 20
- 3 Maine et Loire 14 16 26
- 4 Boulangers Alsace 14 35 03
- 5 Champenois 15 13 02
- 6 Estuaire Seine 15 46 42
- 7 Eure 16 11 56
- 8 CPLV 16 20 53
- 9 Hérault 17 00 52
- 10 Aliermontaise 17 03 25

N.C. Haute Marne et
Charente Maritime

Classement général

- 1 Seine Maritime 105 43 24
- 2 Maine et Loire 108 57 22
- 3 3 pour l'Aude 109 15 26
- 4 Boulangers Alsace 114 03 55
- 5 Estuaire Seine 122 47 04
- 6 Champenois 122 57 59
- 7 Aliermontaise 123 11 01
- 8 Eure 124 17 47
- 9 Hérault 125 24 04
- 10 CPLV 125 33 31

N.C. Haute Marne et
Charente Maritime

MASEVAUX : LA VILLEDE LA FEC

S'il est une ville chère au cœur de Dédé et de toute l'équipe de la France en Courant c'est bien Masevaux ou nous ferons étape ce soir. En effet, après une demi étape les responsables de la commune ont souhaité accueillir une étape puis ils nous proposerent de faire ville départ en 2002. A chaque fois un habitant, Pierre Weiss a mobilisé les énergies et donné beaucoup de lui-même pour nous recevoir. Pierre est disparu trop tôt et aujourd'hui nous avons une pensée pour lui ; ce soir son épouse sera présente et nous rendrons hommage à Pierre. Il serait bien que le silence soit respecté durant les discours. Merci.

ECHOS

Ah l'éternel féminin ! Pour s'occuper entre 2 relais Florence (CPLV) fait de la broderie. Souhaitons qu'elle présentera son œuvre à l'arrivée à Bernay.

Chanteur de la FEC, Claude Blondel est aussi maire du Marais Vernier ou nous ferons demi étape. Vendredi soir il est rentré en Normandie pour célébrer un mariage le samedi avant de rejoindre Besançon dimanche soir.

Avez-vous deviné qui sont les doyens de la course ? Claudine Bonnier(Eure) et Pierre Connac (Hérault) s'adjugent ce « titre » Félicitations à tous les deux mais le record reste détenu par Henri 72 ans un coureur de Charente Maritime en 2001.

« On ne s'embrasse même plus » regrettait l'autre jour Henry Gaucher à sa compagne Martine, tous deux coureurs du Maine et Loire. Aussi la nuit dernière vint elle lui faire un bisou alors qu'il s'endormait mais lui déjà dans le gaz crut que c'était l'heure du départ. Il fallut (presque) l'empêcher de se lever !

Panique l'autre matin dans l'équipe CPLV, impossible de trouver les 2 russes endormis dans le gymnase. Avec leur gentillesse habituelle, les paras du 3 pour l'Aude emmenèrent la relayeuse jusqu'à la ligne de départ.

Kiné – Podo – Bobo

Libérez-vous ! Allongez-vous !

* Jambes surélevées à 30°

* Desserrer les ceintures et

RES – PI - REZ

Guy, kiné, part aujourd'hui ; Delphine et Jean Paul toujours prêts à vous soulager vous demandent néanmoins d'être patients.

ESTUAIRE SEINE



Philippe n'a pas ménagé ses efforts pour constituer une équipe.

Dur, dur de monter une équipe et ce n'est pas **Philippe Marchand**

(dossard 71) qui vous dira le contraire !

Comme Christophe Sirdey (Joggers de la Haute Marne) Philippe a participé 2 fois à La France en Courant au sein de l'équipe Rétrodor en 2003 et VIP en 2004.

Atteint du virus FEC, ce magasinier Honfleurais de 43 ans s'est démené durant 1 an pour constituer son équipe du Calvados. Faute de candidats en nombre suffisant il frappa à la porte des départements voisins et fit appel à d'autres anciens de la FEC comme **Annick Blanchard** (72) secrétaire qui s'aligna en 2003 avec Rétrodor.

Mickaël Castillo (74) et **Patrice Perrette** (77) faisaient partie l'an passé de l'équipe du département de l'Eure. Le premier, plombier, affiche 1h23 au semi et le second, employé municipal, 1h30.

Bertrand Brindel (73), un rouennais va courir sa 4^{ème} FEC et ses conseils seront précieux.

Le menuisier **Eric Marie** (76) a réalisé 1h18 au semi d'Allouville.

Prof d'éducation physique en région parisienne **Pascale Schwardele** (78) a réalisé 3h29 au marathon de Paris et 1h35 au semi de Corbeil Essonne.

Employé municipal à Gonfreville l'Orcher (Seine Maritime) **Daniel Goullain** (75) compte plusieurs 100kms à son palmarès et de nombreux marathons. Il a également couru un raid en Tunisie.

A signaler qu'un des chauffeurs est correspondant de presse (Le Pays d'Auge). Un bon moyen de faire connaître l'épreuve.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!

NANCRAÏ : Musée des maisons comtoises. Légende du cheval maléfique à trois pattes qui poursuit les promeneurs qu'il rencontre.

MONTECHEROUX : Berceau de la famille du naturaliste Cuvier. Les premières pommes de terre (les clémonnières) ont été cultivées ici en 1709.

HERIMONCOURT : Son château, son parc, la vallée du Gland. Jean-Jacques Peugeot s'installa au moulin ; ses petits-fils fondent en 1810 la première société métallurgique « Peugeot Frères »

DELLE : Eglise St Dizier l'Evêque. Remparts. Puits à balanciers de croix. Maisons anciennes et curieuses. Ville fleurie 3 fleurs.

LAUW : Appartenait à l'abbaye de Masevaux. Cité du 15^e au 17^e siècle sous le nom de Owe puis Aue (allemand « aue », prairie humide). On a trouvé dans la grotte de Wolfenloch des ossements d'ours des cavernes.

MASEVAUX : 405 m 3358 hab. Doit son nom à Maso, duc d'Alsace qui y fonda une abbaye bénédictine de femmes au 8^e siècle en mémoire de son fils noyé dans la Doller.

La ville possède des places agréables ornées de fontaines et bordées de belles demeures du XVI^e et XVII^e siècles. L'église St Martin renferme une jolie Piéta du XVI^e siècle.

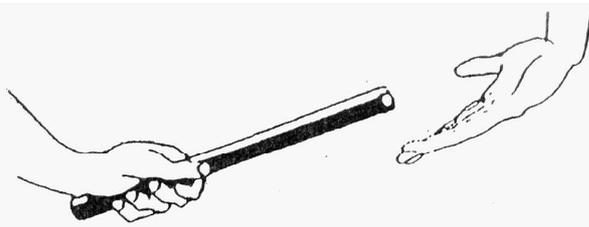
Les 10 km de Masevaux en Mars – Le marathon du Ballon d'Alsace mi-Juin.

Dédé avec Raymond Trommenschlager, chargé de notre accueil à Masevaux.



Le Témoin

Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Mardi 26 juillet 2005

Courons sous la pluie

La pluie et parfois le brouillard n'ont pas facilité la tâche des coureurs jusqu'à Delle et cela provoqua même quelques mésaventures (voir échos). L'après midi fut d'autant plus agréable que les maisons alsaciennes sont vraiment très jolies à voir. Félicitations aux flêcheurs pour leur travail rendu difficile.

Le 3 pour l'Aude fait le forcing et passe devant Le Maine et Loire (bein alors momo !!!). CPLV laisse sa dernière place à l'Hérault. En grand capitaine et champion, **Mickaël Bouchemit** continue malgré tout de mener sa troupe dans la bonne humeur.

L'accueil à Masevaux fut somptueux. Merci aux élus et membres d'associations de leur générosité.

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 12 59 40
 - 2 3 pour l'Aude 13 07 56
 - 3 Maine et Loire 13 33 22
 - 4 Boulangers Alsace 14 33 43
 - 5 Estuaire Seine 14 36 16
 - 6 Eure 14 58 30
 - 7 CPLV 15 04 35
 - 8 Champenois 15 19 29
 - 9 Aliermontaise 16 22 03
 - 10 Hérault 16 28 40
- N.C. Haute Marne
Charente Maritime

Classement général

- 1 Seine Maritime 118 43 04
- 2 3 pour l'Aude 122 23 22
- 3 Maine et Loire 122 47 12
- 4 Boulangers Alsace 128 41 09

- 5 Estuaire Seine 137 23 20
 - 6 Champenois 138 17 28
 - 7 Eure 139 16 17
 - 8 Aliermontaise 139 33 04
 - 9 CPLV 140 38 06
 - 10 Hérault 141 52 44
- N.C. Haute Marne
Charente Maritime

ECHOS

* On a failli retrouver **Ali** en prison en Suisse. Le coureur marocain des Boulangers d'Alsace a en effet franchi la frontière suisse et s'est fait arrêter. Heureusement il a pu prouver sa bonne foi et on l'a laissé regagner la France.....en Courant

* « **Qu'avez-vous à déclarer ? Une course à pied** » C'est avec humour que **Gérard Glatigny** a répondu à un douanier. Le contrôleur FFA ne s'était pas rendu compte qu'il avait franchi la frontière. On a frôlé l'incident diplomatique.

* « **On est paumé** » « **nous aussi** » Voilà les SMS que se sont expédiés lundi aux aurores kinés et podos. Finalement ils se sont retrouvés pour le plus grand bien des coureurs.

* Les alsaciens sont des gens charmants et plusieurs ont renseigné coureurs et accompagnateurs perdus.

* A Salins Alain Bac le capitaine de Seine Maritime a retrouvé J. L. Bourgeois. Tous deux ont participé à

la FEC en 1994 dans des équipes opposées. Ils ont sympathisé car une même passion les anime : les chiens de traîneau.

* La Haute Marne ne compte plus que 4 coureurs dont Annick « **moi je suis comblée, j'ai mal nulle part et je galope. Pas costauds ces hommes !!** ».

* De la valse à La France en Courant il n'y a qu'un pas de danse. Celui qu'a fait Sylvie avec Yves et Alain des Pétilnants Champenois. Ses partenaires du club de danse de Chalons l'ont convaincue de venir comme chauffeur de l'équipe.

* Samedi soir à Bernay un grand repas clôturera cette 17^{ème} édition. Votre famille et vos amis seront les bienvenus mais pour cela il faut impérativement les inscrire auprès d'Annie avant jeudi midi (coût du repas 15 euros)

Kiné – Podo – Bobos Conseils pour garder de beaux pieds

Appliquer une large rasade de crème anti frottement sur les pansements et les zones à risques,
Enfiler vos chaussettes (coutures visibles) après les avoir largement badigeonné de crème,
Courez plus ou moins 25 kms par jour, le résultat est garanti.

COURIR POUR L' EURE



Présentation de l'édition 2005 au Conseil Général de l'Eure.

Les coureurs du département de l'EURE ont bien de la chance !!

Depuis 4 années leur Conseil Général « parraine » une équipe en finançant la totalité des dépenses engagées.

Une initiative que les organisateurs de la France en Courant souhaiteraient voir imitée par d'autres départements et cela commence à être le cas. En effet la

Seine Maritime s'est alignée sur ses voisins de l'Eure et les Conseils Généraux de l'Aude et de Charente Maritime l'ont fait en partie.

En parrainant ainsi une équipe, les départements donnent une image dynamique et positive de leur région. Prévue au départ pour être une équipe de la parité (4 hommes 4 femmes) on compte finalement 3 représentantes du « sexe dit faible » (!!!)

Ancienne championne d'Europe du 1500 m en salle à Bordeaux en 2001 **Françoise Traisnel (dossard 68)** affiche 3h25 au marathon de La Rochelle et 1h24 au semi de Dieppe.

Claudine Bonnier (62) aligne 34 marathons et son record est de 3h21. Cette retraitée a mis 10h13 aux 100 kms de Gérardmer et 11h31 à Millau.

Anne Dell'Ollio (64) auxiliaire de puériculture a fait 3h25 au Mont St Michel et 10h42 aux 100kms de

Sarlat. Elle a couru Les Trolls en Norvège et le marathon de New York.

Alain Dufau (66) a déjà participé à 2 FEC (2002 et 2003) avec l'Eure. ce retraité de l'armée de l'Air qui affiche 3h12 au marathon de Paris a fait le tour de Tahiti !

Ertugrul Deniz (65) né en Turquie exerce la profession de câbleur. Il a couru le marathon de Paris en 2h49 et les 100kms de Gravigny en 9h45.

Formateur **Michel Auzoux (61)** aligne 3h25 au marathon d'Orléans et 1h32 au semi de Verneuil.

Assistant responsable maintenance à la RATP **Jean Luc Nougrou (67)** a fait 1h42 au semi de Paris et 3h40 au marathon.

Coiffeur homme **Dominique Bougrel (63)** a pratiqué le foot avant de se mettre à la course à pieds. Il a participé à 4trails.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!!

COL DU HUNDSRUCK : 761 m. La route qui passe par le col se nomme La Route Joffre. Elle a été construite pendant la guerre 1914-1918 pour permettre aux troupes françaises d'avoir accès aux deux vallées.

WILLER : 395 m. – 304 hab. En raison de son site retiré, c'est un conservatoire de traditions de tous ordres (anciennes coutumes, légendes, superstitions, pratiques agraires traditionnelles ...) qui a été édifié.

La montée du Grand Ballon 9,5 km et 13,5 km début Mai.

LE GRAND BALLON : Point culminant du massif des Vosges : 1424 m. Table d'orientation. C'est le point le plus froid et venté d'Alsace. Température la plus froide –30,2° le

10.02.1956 et la plus élevée +27° le 13.08.2003

A 20 km du **Col de la Schlucht** se trouve le village de **Gunsbach** où Albert Schweitzer a passé son enfance. Gunsbach est à proximité de Munster (68). Sa maison a été transformée en musée.

Fromage de MUNSTER : existe depuis le IXe siècle. Ce sont les moines de l'abbaye de Munster qui mirent au point sa recette. 5 litres de lait sont nécessaires pour produire un fromage.

PLAINFAING : Situé au pied des Hautes-Chaumes, avec ses forêts, ses cascades est un lieu de repos et de détente. Royaume de la randonnée pédestre et du ski.

PROVENCHERES SUR-FAVE : Très éprouvée par les deux conflits, la cité a été décorée des Croix de Guerre 14-18 et 39-45.

Eglise Ste Catherine de fondation romane.

SCHIRMECK :

Les Foulées de Schirmeck 5 et 10 km en Avril.

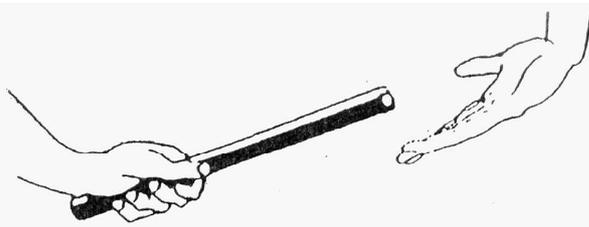
OBERHASLACH : 270 m. – 1519 hab. Doit son origine à un ermitage fondé au 6ème siècle par St Florent.

SAVERNE : 200m – 11534 hab. Château des Rohan. Maisons à colombage. Eglise des récollets et son cloître gothique.

Les Foulées de Saverne 5 et 10 km le 17.09.2005

Le Témoin

Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Mercredi 27 juillet 2005

LE 3 POUR L'AUDE GAGNE SA 1^{ère} ETAPE

Les paras ont réussi l'assaut du Ballon d'Alsace et des autres cols de la journée et ils gagnent leur première étape de la FEC. Bravo Le 3 pour l'Aude précède la Seine Maritime de 4mn et les Boulangers d'Alsace de ...60mn. Le Maine et Loire s'accroche et conserve sa 3^{ème} place au général. A moins d'un gros pépin le tiercé de tête semble établi. Les paris sont ouverts, faites vos jeux.

Nous avons une nouvelle fois apprécié la beauté des paysages malgré la circulation intense en certains endroits. La propreté et le fleurissement des villages nous ont également impressionnés. Merci à André Charrier de nous faire découvrir de si beaux coins et comme dit Dédé « Ah que la France est belle !!! ».

Classement du jour

- 1 3 pour l'Aude 13 15 07
 - 2 Seine Maritime 13 19 27
 - 3 Alsace 14 15 06
 - 4 Maine et Loire 14 22 19
 - 5 Champenois 15 16 09
 - 6 Estuaire Seine 15 26 28
 - 7 Eure 16 04 12
 - 8 CPLV 16 10 09
 - 9 Hérault 17 03 11
- N.C Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

Classement général

- 1 Seine Maritime 132 02 31
- 2 3 pour l'Aude 135 38 29
- 3 Maine et Loire 137 09 31

- 4 Boulangers Alsace 142 56 15
 - 5 Estuaire Seine 152 49 48
 - 6 Champenois 153 33 37
 - 7 Eure 155 20 36
 - 8 CPLV 156 48 15
 - 9 Hérault 158 55 55
- N.C Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

JAMAIS DEUX SANS TROIS

Après la Charente Maritime et la Haute Marne, c'est au tour de l'**Aliermontaise** de déclarer forfait. Une décision que nous regrettons d'autant plus que nous allons faire étape vendredi à Saint Nicolas d'Aliermont. Nous comprenons et partageons l'immense déception de Gérard Glatigny qui n'a pas ménagé ses efforts et son temps pour bâtir cette équipe.

C'est la première fois que tant d'équipes abandonnent la course et cela surprend le président Sourdon dont une des devises est « **dans la vie on n'abandonne jamais** ».

CHALLENGE PIERRE WEISS

En mémoire de Pierre Weiss il a été décidé de créer un challenge récompensant le (la) coureur (se) la plus à l'image de Pierre. C'est à dire sympa, ouvert, généreux, fair play...Le vainqueur sera désigné à l'issue d'un vote ouvert à toutes les équipes (10 bulletins par équipe) et aux organisateurs. Les bulletins seront distribués ce soir et devront

être remis vendredi soir. Le gagnant se verra offrir un séjour d'une semaine dans un gîte de Masevaux.

ECHOS

* On en fait de drôle de rencontres sur la France en courant. Ainsi à la demi étape de Provencheres, André Voiriot a retrouvé un cousin médecin qu'il n'avait pas vu depuis...30ans. Quelques kilomètres plus loin c'est un randonneur qui interpelle l'autre contrôleur FFA «**bonjour Mm Glatigny, c'est vous qui m'avez construit ma maison il y a 22ans !**»

* Encore un accueil sympa en demi étape et les coureurs ont pu en témoigner sur le « livre d'or » (en réalité des simples feuilles) de la mairie. Bravo pour vos mots de remerciements qui vont droit au cœur des élus.

* **Ce soir nous allons fêter les 48 ans de Jean Christophe Maurin (Charente Maritime) prof d'université et nos chants vont faire trembler les murs (une référence que vont comprendre les fidèles lecteurs du Témoin).**

* Victime d'une crevaison les Eurois ont sorti un vélo afin d'assurer le relais puis CPLV a pris à son bord une coureuse pour le relais suivant. C'est beau la solidarité.

COURIR POUR LA VIE COURIR POUR CURIE



Sylvette et Irène deux fidèles de la France en Courant

Tout commence par une histoire d'amitié comme seul Dédé sait en construire. Voici plus de 10 ans pour changer les idées à son ami Pierre Houssaye qui avait eu la douleur de perdre son épouse victime d'un

cancer André l'emmène sur La France en Courant.

Pierre propose alors de faire connaître l'association « Courir pour la Vie, Courir pour Curie » en montant une équipe.

Depuis 1993 une équipe est donc invitée et régulièrement renouvelée même si 3 fidèles demeurent : Sylvette, Irène et Christian.

Sapeur pompier volontaire **Sylvette Mouchard (43)** détient le record de participation. Elle court sa 14^{ème} FEC. Bravo Sylvette !!

Employée de France Télécom à Caen **Irène Mazier (42)** en est à sa 6^{ème} participation. Elle a couru La Diagonale des Fous.

Ambulancier à Vernon (Eure) **Christian Guérinier (41)** a déjà 10 FEC au compteur !! Ancien champion de Normandie en...aviron et 3^{ème} au championnat de France en...tir à l'arc. Christian a gagné les 20 kilomètres marche de Rouen.

Militaire de carrière au fort de Bicêtre, **Florence Tognon (44)** originaire du Gard affiche 3h23 au marathon. Elle a couru 5 marathons en 5 jours en Egypte et 5 semis dans le désert du Sinä.

Membre de VIP en 2004, **Georges Ballandier (45)** ancien coureur cycliste de la Loire revient. Il a couru en 3h15 le marathon de Genève et 8h56 les 100kms de Grenoble.

Retraité manchot **Michel Riffault (46)** a réalisé 2h53' au marathon de Bâle en 93 et 3h18 au Mont St Michel.

Deux russes complètent l'équipe : **Serguei Borzenkov (47)** et **Serguei...Borzenkov (48)**. Le père ingénieur et le fils étudiant sont aussi gentils que courageux. Un duo exemplaire !

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!!

SARREBOURG : Couvent des Cordeliers construit en 1265.

L'ancien Premier Ministre, Pierre Messmer, alors Maire de la ville obtient de Marc Chagall la réalisation de son plus grand vitrail sur le thème de la Paix.

Les Escales d'automne 10 km le 23.10.2005

CHATEAU SALINS : Exploitation de sel autrefois pratiqué.

La légende dit que des voyageurs auraient trouvé une source salée. Au 14^e siècle le duc de Lorraine fit construire un château fort pour protéger la source.

La Transmosellane 44 km le 17.09.2005 – Course pédestre de Château Salins, 8-14,8 et 28 km le 9.10.2005.

PONT A MOUSSON : Fondée en 1250 par Thibaut II comte de Bar et de Mousson. La ville tire son nom de la colline de Mousson qui la domine et du pont qui permet d'y accéder. Richesses architecturales, beauté des sites naturels. Musée du Papier. Abbaye des Prémontrés XVIII^e siècle. Implantation des Fonderies au XIX^e siècle célèbres dans le monde entier.

NONSARD LA MARCHE : 280 m – 106 hab.

Les 20 km de Madine début Mai.

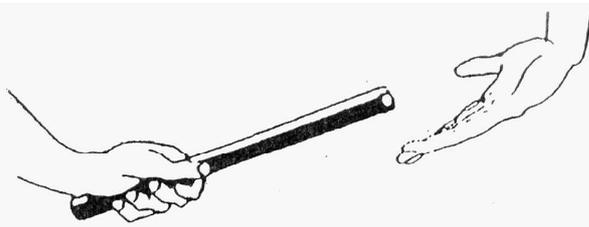
HAUDIOMONT : 263 m – 213 hab. Village entièrement détruit en 1914-1918 et reconstruit. 673 habitants en 1850.

VERDUN : 240 m – 21267 hab. Capitale mondiale de la Paix. En 1916 la bataille de Verdun fut l'une des principales batailles de la première guerre mondiale au cours de laquelle la ville résista à tous les assauts. Centre mondial de la Paix implanté dans le Palais épiscopal.

Depuis le XIII^e siècle, la renommée de la dragée de Verdun n'est plus à faire.

Les Foulées verdunoises 10 km fin Mars.

Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Jeudi 28 juillet 2005

VERDUN, ON NE PASSE PAS !!

La Seine Maritime a repris ses bonnes habitudes et s'adapte l'étape du jour devant le 3 pour l'Aude et le Maine et Loire. La bonne surprise vient d'Estuaire Seine qui doucement mais sûrement progresse. Bravo !

Les Champenois devancent CPLV de ... 6 secondes sur les 193 km de l'étape.

A 3 jours de l'arrivée à Bernay le classement paraît établi. Il faudra suivre la lutte entre les Champenois et Estuaire Seine. Les paris sont ouverts.

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 13 06 24
- 2 3 pour l'Aude 13 21 33
- 3 Maine et Loire 13 50 53
- 4 Estuaire Seine 14 16 53
- 5 Boulanger d'Alsace 14 30 18
- 6 Champenois 14 30 24
- 7 CPLV 15 20 25
- 8 Eure 15 26 06
- 9 Hérault 15 47 44

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

Classement général

- 1 Seine Maritime 145 08 55
- 2 3 pour l'Aude 149 00 02
- 3 Maine et Loire 151 00 24
- 4 Boulangers Alsace 157 26 33
- 5 Estuaire Seine 167 06 41
- 6 Champenois 168 04 01
- 7 Eure 170 46 42
- 8 CPLV 172 08 40
- 9 Hérault 174 43 39

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

COURIR POUR VIVRE

« **Moi la course à pied m'a redonné le goût de vivre...** »

Membre de l'équipe Estuaire Seine, Daniel Gourlain a vécu voici 3 ans un épouvantable drame. Un détenu en cavale a surgi une nuit à son domicile de Gonfreville l'Orcher (près du Havre). Ne parvenant pas à voler la voiture, l'homme a frappé Daniel de 3 coups de couteau à la tête et au dos. Alertée par le bruit, sa femme s'est levée et la pauvre est morte poignardée.

« **Je me suis lancé à fond dans le sport et participer à la France en Courant m'a fait du bien même si ça a été dur parfois mais je voudrai remercier Nadine des Pétilants Champenois qui a su trouver les mots quand j'allais mal, elle m'a relancé** ». En 2006, Daniel agent de maîtrise à la mairie de Gonfreville souhaite créer une équipe avec son club de marathoniens. Bon courage

ECHOS

* L'accueil à **Belleville sur Meuse** fut d'autant plus remarquable qu'il a été fait dans l'urgence. En effet Verdun après avoir donné son accord annonça voici 2 semaines que nous devons trouver une salle et un traiteur pour le repas ! On nous facturait le prix des barrières à l'arrivée et l'office de tourisme envoya le plan de la ville

accompagnée d'une.... facture d'un euro !!!!

Face à cette situation Dédé reprit le célèbre slogan des poilus de 14-18 « **Verdun, on ne passe pas !** ».

Merci à M Pultier boulanger à Verdun et aux élus de Belleville pour leur formidable accueil !

* A Pont à Mousson Dédé Sourdon a retrouvé un médecin qu'il avait rencontré voici 15 ans lors d'une course sur la Grande Muraille de Chine. Vainqueur de l'épreuve notre boulanger avait déplié sous le regard ébahi des militaires chinois une banderole vantant le pain artisanal !

* A Belleville nous avons été honorés de la présence de M **J.P. Cruzet** président national de la Boulangerie qui a beaucoup apprécié le spectacle.

* Cette journée fut positive puisque Pont à Mousson et Belleville a proposé d'accueillir la FEC dans un proche avenir.

* **Dormez tranquille Sarkozy veille** : à 3 h du matin André Voiriot le contrôleur a été... contrôlé par les gendarmes. Il leur a montré l'autorisation de la course du Ministère de l'Intérieur et tout s'est bien passé.

LES BOULANGERS D'ALSACE



Valentina et Sergueï deux amis de la France en Courant.

Fidèle à son idéal du sport qui veut que chacun doit pouvoir participer, André Sourdon souhaite que La France en Courant soit ouverte à des coureurs de tous les niveaux .

Ainsi à chaque édition, une équipe est formée de coureurs inscrits individuellement réunis durant deux semaines pour vivre une aventure inoubliable. Fidèle de la FEC, **Ali Kamis** (121) le marocain rejoint

notre pays pour se mettre au service d'une équipe.

Actuellement chômeur ce papa de 4 enfants participe pour la 7^{ème} fois à l'épreuve. Bravo et merci Ali.

Boucher à Paris, **Jean Pierre Guillaume** (123) se fait remarquer au sein des pelotons par son...cri du coq. Vous l'avez déjà sûrement entendu !!!! C'est sa 4^{ème} participation à la FEC, une épreuve dont il apprécie les organisateurs puisque chaque année au marathon de Paris il leur offre le restaurant. Sympa le coq !

Membre de l'équipe de l'Eure en 2004 **Mireille Delangle** (125), mal préparée, avait beaucoup souffert ! La chocolatière de Bernay s'est entraînée et cela devrait aller mieux...

Cette équipe compte dans ses rangs une vraie championne **Valentina Enaki** (122) La marathonienn moldave participa aux Jeux Olympiques de 1996 et 2000.

Double vainqueur des marathons de La Rochelle et de Lausanne son record est de 2h31.

Compagne de Sergueï Krasnobaev, l'ami de Dédé, Valentina est un exemple dans le monde de la course à pieds.

Trois coureurs russes viennent compléter cette équipe : les frères Arinouchkine et Youri Shakirov.

Nicolay (126) et **Vitaly** (127) sont ouvriers à Moscou. Le premier a couru le marathon de la capitale russe en 2h42 et le second en 1h25 le semi.

Youri en est à son 8^{ème} tour. Ingénieur il connaît la littérature française mieux que beaucoup d'entre nous.

Tous trois sont aussi sympathiques que courageux comme ils l'ont montré lors des précédentes éditions.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!!

VARENNES EN ARGONNE : Cimetière allemand. Monument de Pennsylvanie et son église classée. Musée de l'Argonne qui traite notamment des conditions d'arrestation de Louis XVI et de sa famille le 21 juin 1791 au soir dans cette ville et de la guerre en Argonne en 1914.

VOUZIERS : Le royaume de l'arbre, la patrie des bois historiques : Varennes, Valmy, conflits 1914. Du 13 avril au 13 mai 1855, Verlaine, condamné pour « violences et menaces de mort » à l'encontre de sa mère est emprisonné à Vauziers.

Le Prix pédestre de la ville de Vauziers 10 km le 4.09.2005-01-15

ATTIGNY : 83 m – 1231 hab. Résidence royale depuis Clovis. Ville très endommagée par les deux guerres mondiales.

Le Prix pédestre d'Attigny 10,2 km début juillet.

RETHEL : En 1877, retour d'Angleterre, Verlaine remplace Delahaye comme professeur de français, anglais et histoire à Rethel. Il travaille alors au manuscrit « Sagesse ». La ville est incendiée en 1914 et détruite en 1940 à plus de 80%.

Les Foulées rethéloises 10 km le 6.11.2005-01-15

DIZY LE GROS : 762 hab. La ville est bâtie dans la vaste vallée crayeuse

du laonnais. Château avec le portail aux armes de l'abbaye de Cuissy.

RIBEMONT : Sur la rivière Oise avec tous ses méandres.

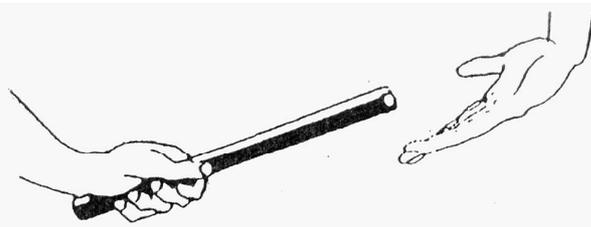
Antoine Nicolas de Condorcet naquit ici le 17 septembre 1743.

ST QUENTIN : Capitale de la Haute Picardie. Basilique construite du 13^è au 15^è siècles. Les Champs Elysées. Beffroi. Hôtel de Ville de style gothique flamboyant. Musée du papillon : 20 000 papillons exposés.

Spécialités : flamiche aux poireaux, tarte au maroilles, ficelles picarde, coq à la bière, chocolat « Le Quentin ».

Semi Marathon Fabien Camus au mois de Mars – Courir pour le plaisir 5 et 15 km fin Mars – Les Boucles St Quentinnoises 10 km le 11.11.2005

Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Vendredi 29 juillet 2005

CA PETILLE SUR L'ESTUAIRE !!!

Cette étape Belleville sur Meuse – Saint Quentin se révéla pleine d'agréables surprises. En effet les **Champenois** sentant l'air du pays et encouragés par des supporters se donnèrent à fond. Avec succès puisque l'équipe d'Alain Simonet prend une belle 3^{ème} place derrière les deux intouchables **Aude** et **Seine Maritime**.

A l'arrivée les paras prennent une minute aux Vikings.

Bravo à **Estuaire Seine** pour sa belle 4^{ème} place. Là encore l'air marin se fait sentir et on peut s'attendre à d'autres surprises aujourd'hui et demain. Leur performance est d'autant plus remarquable que Estuaire Seine voyage dans des conditions difficiles. Bravo aux coureurs et chauffeurs !

Cette étape fut marquée par l'erreur commise au départ de la demi étape. Cela perturba sérieusement le déroulement mais finalement tout rentra dans l'ordre.

Classement du jour

- 1 3 pour l'Aude 12 14 43
- 2 Seine Maritime 12 15 47
- 3 Champenois 12 55 37
- 4 Estuaire Seine 13 12 02
- 5 Maine et Loire 13 16 53
- 6 Boulangers 13 38 08
- 7 Eure 14 11 24
- 8 Hérault 14 31 54
- 9 CPLV 14 52 17

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

Classement général

- 1 Seine Maritime 157 24 42
- 2 3 pour l'Aude 161 14 45
- 3 Maine et Loire 164 17 17
- 4 Boulangers Alsace 171 04 41
- 5 Estuaire Seine 180 18 43
- 6 Champenois 180 59 38
- 7 Eure 184 58 06
- 8 CPLV 187 00 57
- 9 Hérault 189 15 33

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

ECHOS

* L'équipe de la Ligue contre le Cancer de l'Hérault remercie chaleureusement les équipes de **Charente Maritime** et de **3 pour l'Aude** de l'avoir aidée lors de la réparation de leur fourgon.

* Le stand de la Ligue contre le Cancer du comité de l'Hérault sera présent sur les arrivées de **Saint Nicolas d'Aliermont** et **Bernay**. Les porcelaines peintes par **Chantal Connac** au profit de la Ligue contre le Cancer seront toujours en vente lors de ces 2 dernières étapes.

* Capitale de l'horlogerie, Saint Nicolas d'Aliermont est aussi le village natal d'**Emmanuel Petit**. Le champion du monde a débuté sa carrière dans le club de foot local. La maire de cette commune également

Conseillère Régionale Blandine Lefebvre fut la gardienne de l'équipe de France de Hand pendant plusieurs années.

* Décidément à en juger par les articles de presse concernant la FEC les journalistes et correspondants de la moitié nord de la France sont plus **intéressés et courageux** que leurs collègues de la moitié sud. Depuis l'Alsace les articles sont nombreux tant pour annoncer que pour rendre compte. Nous signalons que chaque capitaine d'équipe recevra dans quelques mois un **dossier de presse complet**. Un dossier bien utile quand vous partirez à la « chasse » ? aux sponsors pour monter une équipe l'an prochain.

* A propos de média, signalons que **France Info** a diffusé durant toute la journée d'hier un reportage sur la FEC réalisé à Pont à Mousson. Un sujet bien traité qui a valu à Dédé plusieurs coups de fil de toute la France.

LA JOYEUSE EQUIPE DU K.P.B



« Ils sont tous gentils, serviables et efficaces !! ». Cette réflexion concernant l'ensemble de l'équipe médicale reflète sûrement l'avis de l'ensemble des coureurs. En tout cas l'équipe dirigeante de La France en Courant apprécie à sa juste valeur le travail réalisé dans la bonne humeur par cette joyeuse et efficace K .P.B. Médecin O.R.L à Bernay **Isabelle Navarre** travaille également au CHU de Rouen. Kiné à Redon **Jean Paul Gallard** est un vieux copain de

Dédé. Tous deux ont fait des courses en Sibérie, au Pamir dans le Hoggar. **Françoise Dumont** infirmière anesthésiste à l'Aigle (Orne) accompagnée de son fidèle Topium marche régulièrement au Népal. Podologue à Thouarcé (Maine et Loire) **Laurence Barault** est membre de l'Association Nationale des Podologues du Sport. A ce titre elle se rend sur de grands rendez-vous sportifs en France et en Europe. Originaire du Pas de Calais

Delphine Charpentier effectue des remplacements de kiné.

Ancien joueur de foot à Guingamp, **Guy Lepannetier** est kiné dans cette ville.

Irène Colomb podo à Saint Etienne effectuera sûrement la totalité de la FEC en 2006.

Enfin **Philippe Bernard** podo à Paris devrait revenir sur la FEC aujourd'hui.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!!

HAM : Le Prince Louis Napoléon Bonaparte fut prisonnier au château de Ham de 1840 à 1846. Il s'évada avant de devenir le Président de la 2^{ème} République.

Les 10 km de Ham-Est mi-avril – La Corrida de Ham 6,4 km le 30.12.2005

ROYE Laissée en ruines après 1918, la ville a également souffert de la Seconde Guerre mondiale.

BRETEUIL : La commune a reçu la croix de guerre 1914-1918.

La Nocturne du Réveil 5 et 9, 9 km début juillet.

CREVECOEUR LE GRAND : Composé de « crever » et de « cœur » le nom désigne un terrain infertile qui « crève le cœur » des paysans. Au XIX^{ème} siècle, les habitants confectionnaient de

nombreuses étoffes de laine connues sous le nom de alépine. Croix de guerre 1914-1918 et 1939-1945.

Les Foulées dans la Coulée verte 6 et 10 km le 2.10.2005-01-15

FEUQUIERES : 1550 hab. Eglise Notre Dame du XIII^{ème} siècle.

Les Foulées feuquiéroises 5 et 12 km le 27.08.2005

FORMERIE : Croix de guerre 1914-1918.

Une coutume qui existait encore au 19^{ème} siècle : c'est l'invitation faite dans les rues par le bedeau pour l'inhumation des habitants décédés.

Les relais de la Fête 4,5 et 18 km le 20.08.2005-01-15

FORGES LES EAUX : ville fec Située au cœur du Pays de Bray. Musée des

faïences. Casino et son parc. Club med Bois de l'Epinay.

Les 10 km du Casino et le semi marathon de l'Epinay en avril.

NEUFCHATEL EN BRAY : Ville détruite à 80 % en juin 1940.

Fromages en forme de cœur réputés dès 1550.

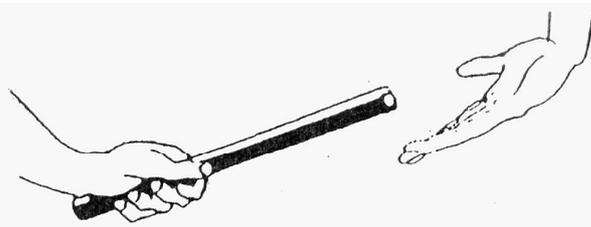
Les 10 km de Neuf Châtel le 11.09.2005-01-15

ST NICOLAS D'ALIERMONT : 132 m – 4001 hab. Musée de l'horlogerie aliermontoise. Les premiers mouvements des pendules ont été construits à St Nicolas d'Aliermont.

Les Foulées aliémontaises 10 km fin mars.

Le Témoin

Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Samedi 30 juillet 2005

Formidable accueil à St Nicolas

Courir pour la Seine Maritime a parfaitement honoré son nom. En arrivant dans son département l'équipe d'Alain Bac a mis le grand braquet. Les 8 coureurs ont parcouru les 176 kilomètres en 11h18'50'' soit une moyenne horaire de 15,556 !! Les Vikings laissent les paras de l'Aude 40 minutes derrière !!

Le Maine et Loire a repris du poil de la bête et finit 3^{ème} devant l'Alsace. Les Pétilnants Champenois n'ont pas confirmé et laissent Estuaire Seine partir.

L'Eure et CPLV avec 3 féminines ne peuvent rivaliser avec les autres équipes et l'Hérault réduit à 7 continue avec courage et dignité. Une leçon à méditer pour les 3 équipes qui ont flanché.

Aujourd'hui ultime étape à travers les terres du président Sourdon avant de faire la fête à Bernay !!!

Classement du jour

- 1 Seine Maritime 11 18 50
- 2 3 pour l'Aude 11 58 58
- 3 Maine et Loire 12 34 45
- 4 Alsace 12 47 34
- 5 Estuaire Seine 12 56 12
- 6 Champenois 13 10 06
- 7 CPLV 13 48 04
- 8 Eure 13 50 39
- 9 Hérault 14 48 26

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

Classement général

- 1 Seine Maritime 168 43 32
- 2 3 pour l'Aude 173 13 43
- 3 Maine et Loire 176 52 02
- 4 Boulangers Alsace 183 52 15
- 5 Estuaire Seine 193 14 55
- 6 Champenois 194 09 44
- 7 Eure 198 48 45
- 8 CPLV 200 49 01
- 9 Hérault 204 03 59

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise

UN ACCUEIL EXTRA

Cette étape restera marquée par le formidable accueil reçu à Saint Nicolas d'Aliermont.

Les coureurs sont arrivés entre une haie d'honneur formée d'habitants costumés en normand. La population s'était déplacée en nombre et la boulangerie de Seine Maritime a offert généreusement boissons et pâtisseries. De nombreux enfants ont participé au parcours sportif qui leur était réservé et tous ont reçu un maillot offert par la Confédération de la Boulangerie, flanqué du slogan trouvé par Dédé « **Mange du pain et cours bien** ».

Merci à **Gérard Glatigny** pour avoir su fédérer et mobiliser tant d'énergie autour de la FEC.

Nous avons là un exemple de ce qui peut être fait au niveau 'une ville étape en matière d'accueil de notre épreuve.

MERCI AUX BENEVOLES

Tout au long de ces « Témoin » nous avons souligné le travail réalisé par des bénévoles sans qui rien ne serait possible. Bravo à l'équipe d'installation des arrivées : **Firmin Rombault** et **Jean Louis Gorce**, tous deux anciens commerçants à Bernay, **Nono** le doyen de la caravane dont on fêtera les 80 ans ce soir. **Raymond** ancien pompier responsable de la sécurité, **Christophe** prof de judo, **Jacques Verbrugge** qui transporta nos poupées russes. **Bernard Charbonneau** maire de Fontaine la Louvet qui présente les produits de ses 2 fils agriculteurs. **Martine** qui s'occupe des courses pour enfants. **Isabelle Sourdon** et sa fille **Elise** qui tiennent des stands. **P'tit Louis** le neveu motard de Dédé. **Christian** le chauffeur du camion podium. Bravo à **Sophie Aupy** qui court 4 FEC et forma une équipe féminine et a conduit CPLV.

Merci à **Annie** notre secrétaire qui conduisit le service médical et à **Patricia** la trésorière qui contribua au Témoin.

Ce soir nous fêterons l'anniversaire de **Didier** (Maine et Loire) du **Coq** et les 80 ans de **Nono**.



AH QUE LA FRANCE EST BELLE !!!

TOTES : De nombreuses personnalités, de Louis XIII et Mme de Pompadour à Maupassant et Flaubert, séjournèrent à l'hôtel Cygne.

LIMEZY : La course pour l'Espoir Téléthon 5,3 et 10,6 km le 3.12.2005

FREVILLE : Antoine Corneille, frère de Pierre Corneille y fut curé de 1642 à 1657.

PONT DE BROTONNE : Depuis le 9 juillet 1977, il assure un lien permanent entre les deux rives de la Seine. A mi-chemin entre Rouen et Le Havre, ce pont se situe au niveau de Caudebec en Caux. Longueur : 1278 m.

AIZIER : En 2003, nous a été offert dans ce village un ravitaillement particulièrement apprécié. Marie-France, conseillère municipale, nous

avait présenté et vanté les atouts de sa commune avec brio.

QUILLEBEUF : 1021 hab. Henri IV en fit une place de guerre et donna aux habitants l'exclusivité du pilotage des navires venant de haute mer. La ville reconnaissante prit le nom d'Henricarville.

MARAIS VERNIER : Situé dans le Parc Naturel Régional des Boucles de la Seine superficie Fête de l'étampage

PARC NATUREL REGIONAL DES BOUCLES DE LA SEINE : Créé en 1974. 81000 ha. Comprend 72 communes de l'Eure et de la Seine Maritime.

FOULBEC De « Foul », le poulain et de « Bec », le ruisseau.

PONT AUDEMER : 9360 hab. Ville médiévale construite sur la Risle et ses bras, qui lui a valu le nom de Venise normande. Bel ensemble de maisons à pans de bois. Classée 4 fleurs.

Le N'œuf kilomètres Pascals, fin mars –
Le Pont Audemérienne 10 km mi-avril –
Les 15 km de Pont-Audemer, début juillet.

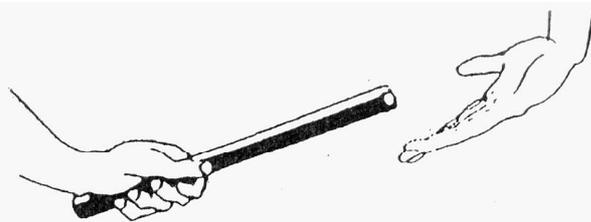
CORMEILLES : Se trouve ici, la plus grande distillerie normande de calvados.

THIBERVILLE : Les 10 bornes de Thiberville le 11.09.2005 les Goumaux, Mireille et Marcel de la roulante.

BERNAY : 108 m – 11620 hab. Classée 3 fleurs. Patrie du trouvère Alexandre de Bernay, inventeur de l'alexandrin au 12^e siècle.

Le Trail des bipèdes bernayens 15,5 et 32 km le 3.09.2005

Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

Samedi 30 juillet 2005
2^{ème} édition

La Seine Maritime gagne la 17^{ème} édition



C'est une dernière demi étape de folie qu'ont disputé **Le 3 pour l'Aude** et **Courir pour la Seine Maritime**.

Les paras et les vikings ont en effet couru à la moyenne de 16,5 km/h entre Le Marais Vernier et Bernay !!! L'équipe d'Alain Bac sentait l'écurie et celle de Sylvain Guillouet était sûrement motivée par la présence de leur chef de corps le Colonel Bruno Guibert. Un duel magnifique conclu par la victoire du 3 devant le 76 de 6mn 34s sur 161 km. A souligner que les coureurs ont pu faire la grasse matinée, le départ étant donné par Mme le maire de St Nicolas à 3h45.

Au classement général Courir pour la Seine maritime s'impose à la moyenne horaire de 14,389 remarquable vu le parcours très dur.

Classement du jour

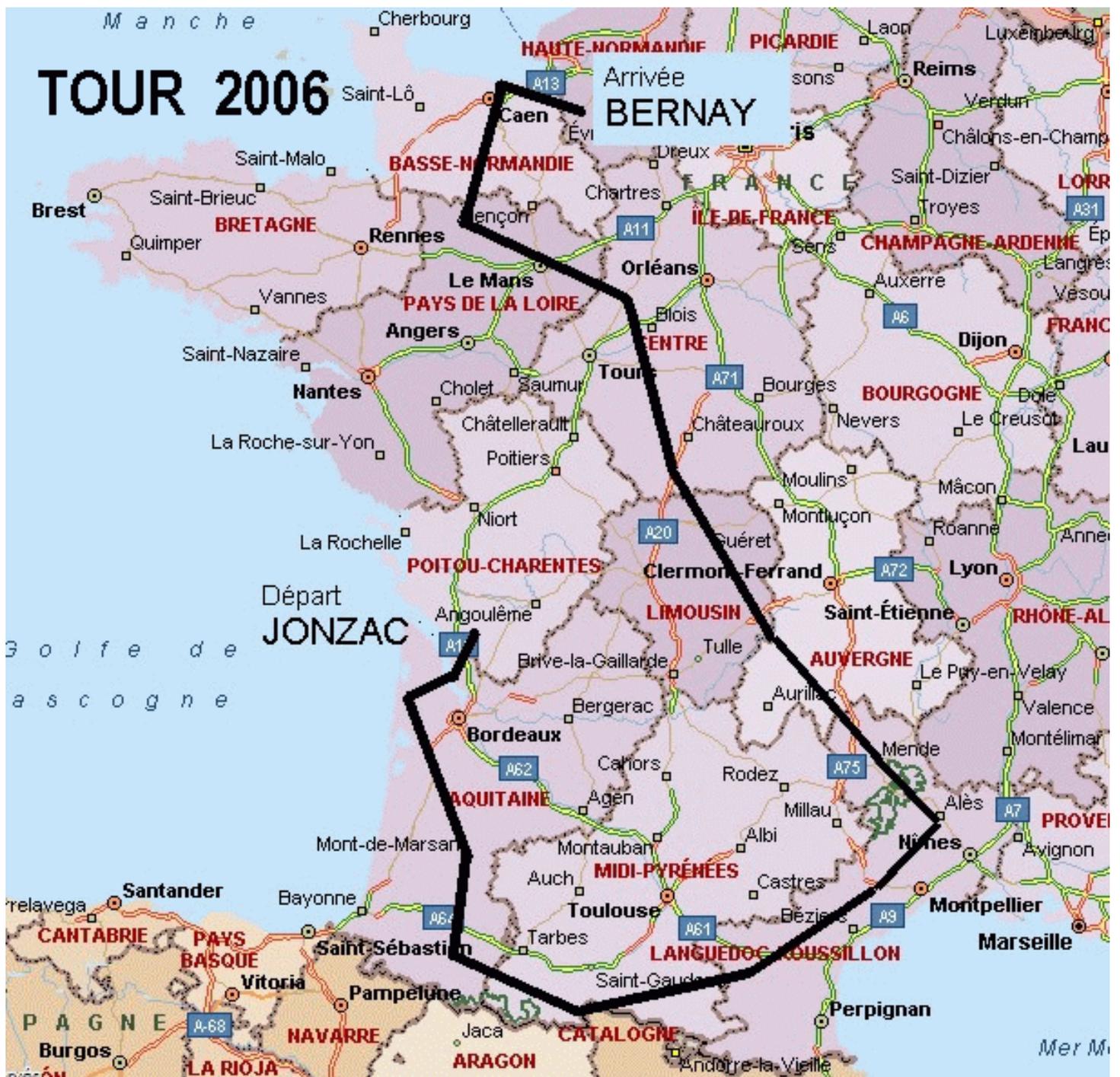
- 1 3 pour l'Aude 10 32 01
- 2 Seine Maritime 10 38 35
- 3 Maine et Loire 11 31 04
- 4 Alsace 12 20 17
- 5 Estuaire Seine 12 51 30
- 6 Champenois 12 53 39
- 7 Eure 13 07 46
- 8 CPLV 13 09 18
- 9 Hérault 13 43 54

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime
Aliermontaise

Classement général

- 1 Seine Maritime 179 22 07
- 2 3 pour l'Aude 183 45 44
- 3 Maine et Loire 188 23 06
- 4 Boulangers Alsace 196 12 32
- 5 Estuaire Seine 206 06 25
- 6 Champenois 207 03 22
- 7 Eure 211 56 31
- 8 CPLV 213 58 19
- 9 Hérault 217 47 53

N.C. : Haute Marne,
Charente Maritime et
Aliermontaise



Voici une idée du tracé de la 18^{ème} édition de La France en Courant sur laquelle nous travaillons actuellement. Le départ aura lieu de Jonzac le 15 juillet et l'arrivée à Bernay le 29. Cinq villes ont déjà donné leur accord et nous attendons les autres.

Comme vous avez pu le constater les médias ne soutiennent pas vraiment La France en Courant. Aussi il est important que cette semaine vous contactiez les journalistes et correspondants de votre région afin de leur raconter « votre » FEC. Nous pouvons leur envoyer des photos et daniel.mattard@wanadoo.fr 06 87 74 30 48 . Pensez à nous envoyer les coupures de presse D. MATTARD 27680 QUILLEBEUF