

■ COURSE - Huit coureurs du Vrac participeront à l'épreuve cet été Ils veulent traverser la France en courant

Huit coureurs et deux chauffeurs participeront à l'épreuve "la France en courant" au mois de juillet prochain. Les athlètes sont prêts à se lancer dans l'aventure.



■ Huit coureurs du Vrac ont décidé de participer à l'épreuve "La France en courant", l'été prochain.

■ Les huit copains d'entraînement se préparent à courir près de 3 000 km en 15 jours.

Certains font le tour de France à vélo, d'autres choisissent de courir. Ils sont huit du même club à participer à l'aventure. Avec deux chauffeurs pour les soutenir et les accompagner dans la course, les athlètes ont décidé de parcourir "la France en courant", du nom de l'épreuve créée par un passionné originaire de Bernay, André Sourdon, il y a de cela 20 ans. Les membres du Vrac prendront le départ de ce tour de l'Hexagone le 18 juillet à Forges-les-Eaux, pour arriver à Bernay une quinzaine de jours plus tard. Après avoir avalé 3 000 km, découvrant le Massif Central, le Midi, les Alpes, le Jura ou encore la Champagne-Ardenne. Cependant, il n'est pas sûr qu'ils aient le temps de s'attarder sur le paysage. Chaque athlète pouvant courir sur une moyenne de 12 à 17 km/h.

La course commence dès le petit matin, vers 4 h, et s'achève à 17 h. Tout au long de la journée, les coureurs se relaient, leurs équipiers les suivent en minibus pour reprendre l'étape là où s'arrête leur camarade. Chaque participant parcourt en moyenne une vingtaine de kilomètres par jour.

Cohésion du groupe

« Ce qui est intéressant, c'est la vie de groupe, raconte Guy Besnard, l'un des quatre de l'équipe à avoir déjà tenté l'expérience. Il faut apprendre à gérer son effort, à en garder sous la semelle parce que l'on ne dort pas beaucoup. En plus, quand on est très fatigués, il faut apprendre à gérer les difficultés au sein du groupe ». Le soir, les repas sont pris en commun avant que les coureurs ne dorment sous des abris de fortune, sous la tente ou à la belle étoile. Mais toute cette aventure ne fait pas peur au reste du groupe. Leur atout : « On se connaît bien, on s'entraîne ensemble. Il est rare de pouvoir constituer un groupe au sein d'un même club », assurent Patrick Lemarchand et Philippe Duhomeaux, deux autres athlètes du Vrac, leurs camarades ont réussi à les convaincre de participer. Les épreuves en équipe ne sont pas non plus une nouveauté

pour tout ce petit monde, « certains ont participé à des épreuves Ekiden comme celle du marathon Seine-Eure ». Une cohésion qui leur sera sûrement utile pour venir à bout des douze étapes. Leur motivation, c'est d'abord de partager une expérience unique. « Notre objectif premier, c'est que tout le monde arrive en bonne santé, souligne Patrick Lemarchand. La place au classement, ce n'est pas primordial ». Mais pour terminer cette épreuve dantesque, ils vont devoir ménager leur organisme, les articulations risquent de souffrir en courant sur le bitume à travers l'Hexagone. Avant d'enchaîner l'entraînement intensif, les huit compères essaient de réunir leur budget de 10 000 € et recherchent activement des sponsors. La mairie de Val-de-Reuil leur a déjà accordé une aide financière. L'aventure ne fait que commencer.

F.M.

L'équipe : Valérie Demoget, Claude Bonnier, Guy Besnard, Marc Doucet, Patrick Lemarchand, Dominique Leprince, Yannick Braquer et Philippe Duhomeaux.

> Pour contacter l'équipe : secretariat@vrac-athle.com ou par téléphone au 02 32 61 13 74.