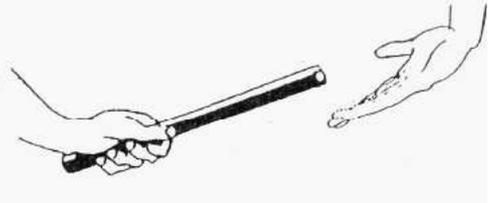




Le Témoign Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

N° 148

Samedi 14 Juillet 2007

Les hommes se transmettent la vie comme les coureurs se passent le flambeau
Poète et philosophe latin - Lucrèce -

19^{ème} EDITION DE LA FRANCE EN COURANT : PRET POUR LE DEPART !



19

Oui, c'est vrai j'ai 19 ans et je me porte à merveille. Je compte bien vivre très longtemps pour permettre aux coureurs de découvrir encore et toujours les beaux paysages de France aux rythmes de leurs foulées. Ces coureurs sont les acteurs et les héros de cette extraordinaire aventure qui porte mon nom : « **LA FRANCE EN COURANT** »



St Nicolas d'Aliermont

SAINT NICOLAS D'ALIERMONT

C'est « Le plein de Normandie, dans un écrin de verdure, entre mer et forêt »

Le nouveau **musée de l'horlogerie** a ouvert ses portes le 8 Avril 2007.

Mélange d'architecture ancienne et moderne, le nouveau site dispose d'un vaste espace d'exposition scénographié par l'atelier A. Kiko.



On y découvre toute l'histoire industrielle et sociale de St Nicolas ainsi qu'une collection de plus de 800 objets, de l'horlogerie domestique (pendules, réveils Bayard ...) à l'horlogerie

scientifique et technique (chronomètres ...) en passant par les appareils de gestion du temps (horodateur, pointeuse ...).

**Le mot de Madame le Maire
Blandine LEFEBVRE**



Ce 14 juillet 2007, la FRANCE EN COURANT nous fait l'honneur d'organiser son départ dans notre ville.

En Juillet 2005, nous fêtons son arrivée. Que de merveilleux souvenirs de ce moment passé avec les champions de la route !

Saint Nicolas d'Aliermont 4001 habitants, ville horlogère mais aussi ville sportive accueille toujours avec plaisir et enthousiasme les événements sportifs.

Située à proximité de la mer et entourée d'un écrin de verdure formé par les forêts, Saint Nicolas donne l'image d'une ville à la campagne.

Notre ville compte plus d'une trentaine d'associations sportives, culturelles et de loisirs auxquelles s'ajoutent l'Ecole Municipale de Musique, la bibliothèque intercommunale et le musée de l'Horlogerie.

L'osmose d'une volonté municipale et d'un dynamisme des bénévoles permet, aujourd'hui, de dire que Saint-Nicolas s'anime, se développe et qu'il fait bon y vivre et y venir.

Nous sommes fiers de compter parmi les équipes de la FRANCE EN COURANT des Nicolaisiens qui, nous n'en doutons pas, promouvoir les charmes de notre petite ville au travers des étapes.

Nous félicitons les organisateurs pour cette grande aventure, toujours réussie et nous souhaitons à tous une bonne course.



**Gérard GLATIGNY - 2^{ème}
adjoint**

Menuisier charpentier en retraite, il n'a pas une minute de repos.

Adjoint au maire de la commune, ce poste lui impose une grande disponibilité. Il est chargé du patrimoine, de l'habitat et de l'animation.

Cheville ouvrière pour l'organisation du salon des antiquaires à St Nicolas, il a donné à cette manifestation une notoriété due à la qualité de ses exposants.

Il est aussi membre très actif de l'Association « Sports et Loisirs Aliermontais » qu'il a créée voilà 18 ans en étant toujours présent depuis les premières foulées aliermontaises. Cette course à label est qualificative pour les championnats de France de 10 Km. Le vélo est également une autre de ses passions. Il organise chaque année au mois de juillet une course élite et parmi les coureurs, certains se retrouvent quelques années plus tard dans des pelotons professionnels.

Enfin, depuis 3 ans, il compose une ou deux équipes pour LA FRANCE EN COURANT.

Depuis 2003, il accompagne André VOIRIOT comme chronométrateur officiel FFA.

Malgré son emploi du temps « super » chargé, Gérard trouve encore des moments pour s'occuper de son jardin.

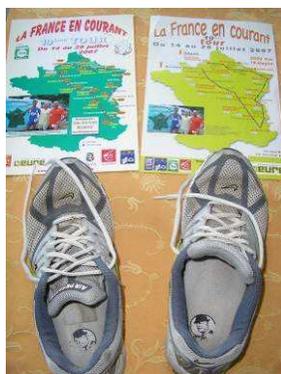
Selon son entourage, il est connu et reconnu comme un grand personnage passant plus de temps à se consacrer aux autres qu'à lui-même.

Nous ne pouvons qu'être admiratif.

EQUIPES AU DEPART



- Les Champenois conduite par Alain Simonet
- VIP Endurance 72 Adidas conduite par Dominique Chauvelier
- L'Eure conduite par Michel Auzoux
- Courir pour la Seine-Maritime conduite par Guy Gricourt
- Sports Loisirs Aliermontais conduite par Bruno Mangard
- Charente-Maritime conduite par Christophe Morvan
- Maine-et-Loire conduite par Mohamed Chiheb
- Courir pour la vie, courir pour Curie conduite par Christian Guérinier
- Les Authentiques
Jean-Pierre GUILLAUME



* AUJOURD'HUI

PROGRAMME :

Sur la Place de La Libération

11h - Briefing des capitaines d'équipe.

14 h - Epreuve de 8 Km ouverte à tous (parcours identique à celui du prologue).

14 h 45 à 15 h - Course des enfants.

15 h - Présentation des équipes.

16 h - Prologue.

Le Prologue :

Parcours de 8 Km relativement plat.

Traversée d'une forêt sur 3 Km avec passage au lieu dit « Les 4 quartiers ».

Retour sur St Nicolas d'Aliermont et arrivée sur la Place de La Libération.

* DEMAIN

1^{ère} étape : St Nicolas d'Aliermont (76) -Montdidier (80)

Distance : 191,5 Km

Départements traversés :

Seine-Maritime, Oise, Somme.

Le parcours de cette première étape a été établi par Gérard GLATIGNY adjoint au Maire de St Nicolas d'Aliermont et chronométrateur officiel de LA FRANCE EN COURANT.

Les coureurs et la caravane mettront le cap sur Dieppe où, aux alentours de 3h 30, la cité portuaire sera encore endormie.

Le jour se lèvera lorsque nous traverserons Esteville, lieu d'inhumation de l'Abbé Pierre.

Demi étape à Forges-les-Eaux, ville habituée à recevoir LA FRANCE EN COURANT, chaque fois de fort belle manière.

A Formerie, la Picardie accueillera les concurrents ; Amiens n'est pas très éloignée mais nous n'aurons pas l'occasion de passer dans la Préfecture de la Somme.

Avant l'arrivée à Montdidier, nous traverserons les villages picards de Quiry le Sec, Coullemelle et Cantigny.

A L'ATTENTION DES COUREURS

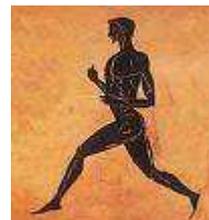
Respectez le code de la route. Ne stationnez pas sur la chaussée, vous ou votre véhicule.

La nuit, restez près de votre coureur, celui-ci devant porter **obligatoirement** la ceinture fluo. Les chauffeurs doivent aussi se vêtir, le jour comme la nuit, de leur tenue « fluo ».



COUREUR ILLUSTRE

PHILIPPIDES - Grec 490 av/JC



Philippides est le coureur mythique de Marathon. Inspirateur bien malgré lui de cette course car, selon la

légende, il décéda à l'issue de celle-ci. Ce qui est moins connu, c'est que Phillippides est également l'initiateur du Spartathlon, course de grand fond reliant Athènes à Sparte et qui commémore la course que fit Philippides avant celle de Marathon et dont le but était de demander de l'aide aux spartiates pour qu'ils envoient des troupes en renfort à Athènes pour lutter contre l'envahisseur Perse. Selon la légende il mit 36 heures pour couvrir les 250 Km séparant les deux cités.

😊 MOMENT DE DETENTE

Dans une boulangerie pâtisserie, comment faut-il ranger les petits pains au chocolat ?

Réponse : Dans l'ordre décroissant.



JEUX DE MOTS

Si six scies scient six cyprès, six cent six scies scient six cent six cyprès.

🍴 LE PAIN ET SES RECETTES

PAIN PERDU : Ingrédients pour 4 personnes : un pain blanc rassis, 3oeufs, 10cl de lait, du sucre et du beurre.

Couper des tranches de pain d'un cm d'épaisseur. Fouetter les œufs et le lait dans un bol. Faire fondre le beurre dans une poêle.



Tremper de chaque côté les tranches de pain dans le mélange œufs et lait. Faire dorer de chaque côté dans la poêle. Saupoudrer de sucre selon les goûts. On peut aussi mettre de la confiture, du cacao, de la noix de coco, etc.

🌸 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌸



ST NICOLAS D'ALIERMONT (76) : 134m - 4001 habitants appelés Nicolaisiens ou Aliermontais
Commune la plus éloignée : Bonifacio (Corse) à 1126 Km.
Outre son musée de l'horlogerie, la mécanique de précision est la principale activité de la ville.
A découvrir le salon de la figurine et du jeu ainsi que l'Ermitage des abeilles.

Personnalités liées à la commune :
Emmanuel Petit (football)
Sylvie Plaisant (tennis de table)

MARTIN- EGLISE (76) : 58m - 1366 hab. Eglise paroissiale
St Martin - Parc d'Activités Eurochannel.



DIEPPE (76) : 0m - 36000 hab.
Véritable théâtre à ciel ouvert, la ville est lovée au creux de 2 hautes falaises blanches surplombant la mer.
Elle se trouve à l'embouchure de l'Arques dans la Manche. Premier port de pêche français pour la coquille St Jacques. Station balnéaire, cité portuaire, ville d'art et d'histoire.
Château du XIVè siècle.



DIEPPE ET LE CANADA : Dieppe a développé des liens très forts avec le Canada depuis le 17è siècle

et l'installation de Dieppois en Nouvelle France. Plus près de nous, ces relations furent scellées par le sang de 913 soldats tombés sur les plages de la région lors du raid anglo-canadien du 19 Août 1942 contre les défenses allemandes. La façade maritime de la ville est ravagée et le casino rasé.



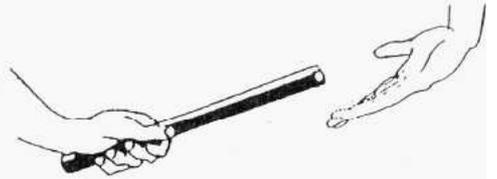
Le cimetière des soldats canadiens est situé aux Vertus sur les hauteurs de la ville.

En mémoire du débarquement allié de 1942, la ville de Léger Corner au Canada fut rebaptisée Dieppe.

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT7,

Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



La compétition sportive est une parabole qui illustre parfaitement la grande course de la vie.
- Claude Lelouch -

L'EURE remporte le Prologue à 16,862 Km/h

* * * Cette année, 8 équipes composées de 14 femmes et 50 hommes prennent le départ de la 19^{ème} édition de LA FRANCE EN COURANT.

Au rythme de leurs foulées, elles vont parcourir 2850 Km sur les routes de France: 14 étapes ponctuées de plaines, de vallées, de montagnes avec comme point culminant le Col alpin de l'Iseran à 2764 m.



Lors de la 7^{ème} étape, nous entrerons en Suisse pour y parcourir 160 Km.



Tout au long du parcours, des paysages merveilleux s'offriront à nos yeux. Coureurs et accompagnants ne resteront pas

indifférents devant un tel spectacle.

* * * * *

PERSONNALITES PRESENTES A ST NICOLAS D'ALIERMONT :

- Mme Blandine LEFEBVRE maire de la ville.
- M. Guy AUZOUX, Conseiller Régional de Haute Normandie.
- M. Gérard PICARD conseiller général du canton.
- Les Conseillers municipaux : Mesdames Brigitte FLEURY, Christine BARUBE, Marie Béatrice POIS, et Messieurs Gérard GLATIGNY, Pierre MOTTE, André RENAULD.

L'organisation de LA FRANCE EN COURANT remercie chaleureusement la municipalité de St Nicolas ainsi que l'Association Sports Loisirs Aliermontais pour leur mémorable accueil.

RESULTATS

Prologue 8 Km :

- 1^{er} L'Eure 28'28" - VIP Endurance
- 72 Adidas à 45" -
- 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 1'20" - 4^{ème} Maine et Loire à 3'49" - 5^{ème} Courir pour la Charente Maritime à 4'49" -
- 6^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 4'49"
- 7^{ème} Courir pour la Vie, courir pour Curie à 8'23" - 8^{ème} Les Pétillants Champenois à 19'49" - Les Authentiques.

CADEAUX REMIS AUX EQUIPES

Paniers garnis composés de produits de St Nicolas : cidre, miel, pain d'épices, bonbons au miel ... plus une coupe remise aux 3 premières équipes.

Le mot de Madame le Maire
s'adressant aux coureurs :

« VOUS ETES DES CHAMPIONS
ET DE VRAIS CHAMPIONS »



L'ÉQUIPE DU JOUR

L'EURE :



L'équipe de l'Eure s'envole vers la
victoire du prologue

Capitaine **Michel AUZOUX** .
Michel ne court pas cette année
mais anime avec beaucoup de brio
cette équipe.

Michaël BOUCHEMIT - 4^{ème}
participation à la FEC.
Sa meilleure performance sur
marathon est de 2h24'15". Au semi
marathon du Viaduc de Millau, il se
classe 10^{ème} et 1^{er} français sur
10500 concurrents.

Zahia JORY - Semi marathon de
Belleville en 1h 30 et 10 Km du
Havre en 38'30".

Guy BESNARD - Marathon
d'Annecy en 3h09 - Semi marathon
de St Pierre les Elbeuf en 1h25' et
10 Km de Cherbourg en 36'42.

Jean-François GALLAIS -
Marathon de Paris en 2h45'

(192^{ème}/35000) -Semi marathon de
Belleville en 1h 14' se classant 1^{er}.

Jean-Claude DENIZ - Aux
6 heures de Gravigny il a parcouru
72 Km. Semi Marathon en 1h 19'.

Jean-François HOMMET -
Marathon en 3h08' - Semi
marathon en 1h16' - 20 Km en
1h10'.

Bertin TACITE - Semi marathon
de Barre en Ouche en 1h 18' -
10 Km en 34'30".

Gwaenael COURVALLET - 10 Km
du Havre en 34'12" - 5 Km en
16'22" - 1500 m en 4'23".

Je tiens à remercier les personnes
qui, tout au long de l'année me
fournissent des informations sur
eux-mêmes ou sur leurs amis
coureurs, sur l'avancement de
l'équipe qu'ils constituent pour la
FRANCE EN COURANT à venir
etc...

Ces nouvelles me permettent
d'alimenter les Témoins d'entre
deux tours. Je leur en suis très
reconnaissant.

Pierre Connac

PAROLES DE COUREURS :

- **Christophe Morvan Charente
Maritime :**

**Je suis impatient de revivre ces 15
jours de vacances sportives -
Christophe Morvan Charente
Maritime.**

- **Equipe Courir pour la vie, courir
pour Curie : parcours roulant,
traversée du bois appréciée, public
enthousiaste. Ainsi, les coureurs
sont très motivés pour les jours à
venir.**

- **Pascal Prud'homme du Maine et
Loire nous dit avoir un « gros
poids » d'enlever après ce
prologue. Fini le trac, place à la
course !**

- **Momo remercie ses collègues de
la FEC 2006 J.Michel Serisier et
Louis Dupuy d'être venu du Maine
et Loire pour les encourager
après un périple de plus de 800
Km !**

**Louis et J.Michel ont participé à
la course d'ouverture de LA
FRANCE EN COURANT en se
classant respectivement 2^{ème} et
3^{ème} sur 78 concurrents.**

EN VRAC . . .

Les Pétillants Champenois ont
couru le prologue avec leurs
chauffeurs. Belle initiative saluée
par tous.



Les Champenois Pétillants sur le
parcours du prologue à
St Nicolas d'Aliermont

Merci de la présence de FRANCE
2 pour être venu effectuer un
reportage sur notre épreuve qui
devrait passer prochainement
dans le cadre de l'émission
« Stade 2 » : une reconnaissance
qui honore LA FRANCE EN
COURANT.

Micheline de La Roulante valse
avec Bruno Pasquiers (Les
Authentiques) et reçoivent une
salve d'applaudissements.

En fin de repas, anniversaire de
Christophe DAVID (Equipe de
Courir pour la Charente
Maritime) fêté au son de
l'accordéon de Patrick Perdrix et
la voix de Claude Blondel, notre
rossignol du Marais.

Bienvenue à **Claude ROUSSIN**,
notre nouvel animateur qui rentre
dans la grande famille de LA
FRANCE EN COURANT.

* AUJOURD'HUI

1^{ère} étape : St Nicolas d'Aliermont (76)-Montdidier (80)

Distance : 191,5 Km

Départements traversés : Seine-Maritime, Oise, Somme.

Le départ de cette 19^{ème} édition est donné à 2h 30 devant le gymnase en présence de Madame le Maire.

Dieppe dort d'un sommeil profond lorsque nous traversons la ville.

A **Pourville-sur-Mer**, ça sent bon le large mais très vite, nous regagnons l'intérieur des terres pour arriver à **Offranville**.

Les coureurs empruntent de petites routes sillonnant le Pays de Caux. Passage à **Bacqueville, Val de Saône, La Houssaye Béranger**.

L'Abbé Pierre aurait certainement apprécié qu'une épreuve sportive telle que la nôtre passe dans son village d'**Esteville**. Nous saluons l'œuvre qu'il a accomplie et avons vers l'Homme une pensée émue. Première demi étape de ce Tour à **Forges-les-Eaux**, station thermale de renom.

M. Michel LEJEUNE, Député Maire de FORGES-LES-EAUX nous reçoit fort bien à chacun de nos passages dans sa ville. Nous le saluons et le remercions pour l'intérêt qu'il porte à notre épreuve.

La 2^{ème} demi étape conduit les coureurs jusqu'à **Montdidier**.

La plus grande partie se déroule dans le département de l'Oise.

Formerie, Grandvilliers, Fontaine Bonneleau, Villers Vicomte sont autant de communes traversées dans ce département.



Formerie

Avant d'atteindre **Montdidier**, nous traversons dans la Somme les villages de **Quiry le Sec, Coullemelle et Cantigny**.

Au menu de ce soir, aurons-nous dans la ville natale de Parmentier un menu composé à base de pommes de terre ?



DEMAIN

2^{ème} étape : Montdidier (80) - Châlons-en-Champagne (51)

Distance : 192 Km

Départements traversés : Somme, Oise, Aisne, Marne.

Le départ sera donné à **Rollot** (Oise), commune située à 10 Km de **Montdidier** sur la D935.

A **Ribecourt**, franchissement de l'Oise pour arriver sur les bords de l'Aisne à **Attichy**.

Pas de vase à casser à Soissons puisque nous bifurquerons avant cette ville pour nous diriger sur **Cuiry Housse et Mont-Notre-Dame**.

Par une route verdoyante nous longerons l'Ardre jusqu'à **Faverolles et Coemy** dans le département de la Marne. Demi étape à **Jouy les Reims**.



Jouy les Reims

Nous contournerons Reims par **Sermiers, Verzenay et Verzy**. Passage dans la forêt de la Montagne de Reims pour arriver à **Châlons-en-Champagne**.

Laissez cet endroit . . .

Laissez cet endroit aussi propre que vous auriez aimé le trouver. La formule est classique mais tellement vraie.

Au moment du petit déjeuner, ne laissez pas de traces de votre passage : aucun « petits papiers roses », il y a suffisamment de place ailleurs tout au long du parcours.

COUREUR ILLUSTRE

Spiridon LOUYS : Grec né en 1872 + en 1940



Record : Marathon 2h 58' 50" (à l'époque, les marathons se disputaient sur 40 Km)

Vainqueur du 1^{er} marathon olympique. Spiridon Louys est un

berger remarqué durant son service militaire pour ses qualités d'endurance. Etranger à toute pratique d'entraînement scientifique, il se prépare par le jeun et par la prière en passant la dernière nuit avant la course devant des icônes et des cierges.

Les concurrents groupés jusqu'au 10^{ème} kilomètre, étaient suivis par une carriole transportant des médecins et des médicaments.

Au passage des coureurs, des femmes se signaient et des hommes leur offraient du vin pour les reconforter.

60 000 personnes attendaient le vainqueur dans le stade.

😊 MOMENT DE DETENTE

Une dame fait des reproches à son boulanger :

- Je suis désolée de vous le dire, mais votre pain est rassis !



- Un peu de respect, Madame, je faisais du pain avant que vous soyez née !
- Justement, ce que je vous reproche, c'est de ne le vendre que maintenant !

JEUX DE MOTS



Un papillon volage près d'une pie passa, mais la pie fut fort sage et n'happa pas l'appât. Quel bel appât que la pie n'happa pas !

🍴 LE PAIN ET SES RECETTES

Œufs cocotte cuits dans des petits pains :



Dans des petits pains individuels évidés (en laissant 1 cm de mie à l'intérieur), beurrés et passés sous le gril du four pendant 5 minutes, casser un œuf et enfourner durant 5 minutes à 200°C. Saler et poivrer. Au fond des petits pains, avant de faire cuire les œufs on peut mettre une tranche de bacon, du jambon ou du gruyère râpé.

🌿 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌿

PAYS DE CAUX : Région naturelle de Normandie. Plateau crayeux en Haute-Normandie au nord de la Seine, qui s'étend jusqu'aux falaises de la Manche.

Les habitants du Pays de Caux sont les Cauchois.

Le peuple gaulois qui demeurait dans le Pays de Caux auquel il donna son nom était les Calètes.

La spécificité du Pays de Caux est le clos mesure (ou cour mesure) qui est un espace entouré de haies vives servant de rideau brise-vent.

Le littoral est constitué de falaises de craie. Les plus célèbres sont celle d'Etretat.



On pratique dans cette région la polyculture : blé, maïs, lin, pomme de terre, luzerne, betterave, colza. L'élevage bovin pour le lait est important.

Etretat, Yport, Veules les Roses sont des stations balnéaires réputées.

OFFRANVILLE (76) : 80 m - 3798 habitants. Château 18^{ème}. Eglise St Ouen 16^{ème} avec un calvaire et un if de plus de 7 m de circonférence.



Les 10 Km d'Offranville
18.11.2007

AUPPEGARD (76) : 102 m - 568 Habitants. Eglise St Pierre en grès et pierre.

VAL DE SAANE (76) :



144 m - 1345 habitants. Abondants vestiges romains trouvés au 19^{ème}. Château de Varvannes 16^{ème}. Eglise St Wandrille d'Anglesqueville 11^{ème}.

LA HOUSSAYE-BERANGER (76) : 169 m - 501 habitants. « Hoseia » est mentionnée au 12^{ème} et signifie : lieu où pousse le houx. Au Verdret, gentilhomme à colombage.

ESTEVILLE (76) : 172 m - 381 habitants.



L'abbé Pierre y a habité plus de 20 ans et y est enterré depuis le 26 janvier 2007. Aujourd'hui, sa tombe est devenue un lieu de recueillement ; la commune compte entre 300 et 500 visiteurs par jour.

BUCHY (76) : 165 m - 190 habitants. Château de brique 1750. Manoir 16^{ème} portant l'inscription : « 1597 Vive le roi Henri IV ».

FORGES LES EAUX (76) : 161 m - 3734 habitants. Station thermale. Musée des faïences à l'Hôtel de Ville.



Musée des maquettes : reconstitution de la vie rurale et véhicules hippomobiles d'autrefois. Bois de l' Epinay. Casino. Eglise St Eloi 1878.

Ville fleurie * * * fleurs.



Les 10 Km du Casino et La Forgianne 22.04.2007

FORMERIE (60) : 220 m - 2170 habitants. Commune de la Picardie verte. Le 21 octobre 1951 la ville se voit décerner la Croix de guerre avec étoile de bronze en hommage à sa conduite héroïque devant les événements de 1944.



Le Relais de la Fête 18 Km 18.08.2007

FEUQUIERES (60) : 198 m - 1588 habitants. Pays des fougères. Eglise du 13^{ème}.



Les Foulées feuquiéroises 5 et 10Km. 26.08.2007



FONTAINE-BONNELEAU (60) : 85 m - 293 habitants. Souterrains-refuges. Eglise 16^{ème} lambris sculptés. Eaux apéritives et diurétiques.

ESQUENNOY (60) : 110 m - 887habitants. Granges d'origine templière. Autrefois, fabrication des lampes « Pigeon ».



Les 6 heures du Val de Noye 15.07.2007.

COULLEMELLE (80) : 127 m - 237 habitants. Eglise St Nicolas. Plusieurs villas gallo-romaines.

MONTDIDIER (80) : 100 m - 6333 habitants.



Ville natale d'Antoine Parmentier (1737 - 1813) propagateur de la pomme de terre en France. Hôtel de Ville de style flamand. Eglise St Pierre 14^{ème}. Château de Davenescourt. Etangs tourbiers de Boussecourt. Cimetière militaire des deux guerres.



Le Trophée des Grimpeurs. Souvenir Philippe Hertout 4,6 Km et 14,4 Km - 8.05.2007.



Briefing au gymnase



Arrivée des coureurs de l'équipe SPORTS LOISIRS ALIERMONTAIS



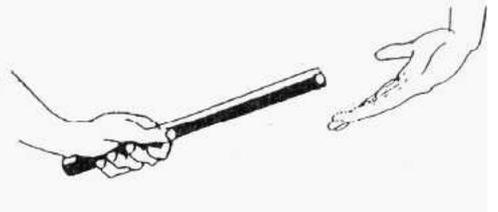
Tous ensemble



Hommage à Isabelle et André SOURDON

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT
7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Le sport est l'espéranto des races - Jean Giraudoux

EN SOMME, L'EURE NE PERD PAS SON TEMPS

RESULTATS

ETAPE ST NICOLAS D'ALIERMONT (76) - MONTDIDIER (80)

Classement de l'étape :

1^{er} L'Eure 12h08'22" 15,981 Km/h
 2^{ème} VIP Endurance 72 Adidas à
 15'22" - 3^{ème} Courir pour la Seine
 Maritime à 15'40" -
 4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
 1h 38'14" - 5^{ème} Maine et Loire à
 1h 57'36" - 6^{ème} Les Pétillants
 Champenois à 2h 04'17" -
 7^{ème} Courir pour la Charente
 Maritime à 2h 58'16" - 8^{ème} Courir
 pour la Vie, courir pour Curie à
 3h 24'07" - Les Authentiques.

Classement général :

1^{er} L'Eure 12h36'50" 16,014 Km/h
 2^{ème} VIP Endurance 72 Adidas à
 16'07" - 3^{ème} Courir pour la Seine
 Maritime à 17' - 4^{ème} Sports Loisirs
 Aliermontais à 1h43'03" -
 5^{ème} Maine et Loire à 2h01'25" -
 6^{ème} Les Pétillants Champenois à
 2h 24'06" - 7^{ème} Courir pour la
 Charente Maritime à 3h03'05" -
 8^{ème} Courir pour la Vie, courir pour
 Curie à 3h32'30" - Les
 Authentiques.

L' EQUIPE DU JOUR

LES PETILLANTS CHAMPENOIS



Alain SIMONET 53 ans

Capitaine

France en Courant 2003 et 2005
 2 courses au Niger
 2 Trans Oasis Tunisie 126 Km
 Les Gendarmes et les Voleurs à
 Ambazac 32 Km
 Marvejols-Mende, Maroilles
 Trails, Sparnatrail ...
 Plusieurs marathons, meilleur
 chrono 3h 29 Paris 2003
 Semi marathons, meilleur chrono
 1h 38
 Chronométrateur du Club.

Dominique SIMONET 43 ans

2 courses au Niger
 2 Trans Oasis Tunisie 126 Km
 Les Gendarmes et les Voleurs à
 Ambazac 32 Km

Maroilles, Avocourt, la
 Capdervoise ... Trails
 2 marathons, meilleur chrono
 4h 05 Paris 2002
 Semi marathons et divers ...
 Chauffeur de la France en
 Courant en 2005

Nadine Maire 45 ans

France en Courant 2005
 Paris - Mantes la Jolie 54 Km en
 5h 35
 Plusieurs marathons,
 Châtelleraut, New York : meilleur
 chrono 3h 28
 Semi marathons : meilleur chrono
 1h 29 et divers ...

Alain DESJARDIN 54 ans

France en Courant en 2005
 Tour du Lac de Vassivière
 Béhobie - St Sébastien
 Marvejols - Mende
 Marathon de Berlin, meilleur
 chrono 3h 10
 Semi marathon, meilleur chrono
 1h 28 et 10 Km en 39'
 100 Km à Chavagnes en Pailers en
 10h 44' 08"
 Les 10h de la Gorgue : 62,998 Km

Abdel YAHIAOUI 46 ans

Marathon de Paris 2007 en ...
 Semi marathons, meilleur chrono
 1h 37 - 10 Km, meilleur chrono
 42' 34"
 Trail d' Avocourt
 La Capdervoise

Sedan - Charleville . . . et divers
Pratique de la boxe

Bruno KUBIAK 45 ans

France en Courant 2005

Le marathon du Bout du Monde en
3h 50

Trails : Aradon 30 Km, Les

Gendarmes et les Voleurs à

Ambazac 32 Km, l'Odet 34 Km

Marathons, meilleur chrono 3h 35

Semi marathons, meilleur chrono 1h
35 et 10 Km en 42' 30"

Daniel JANIW 40 ans

France en Courant 2005

Marathon de Reims en 3h 41' 13"

Semi marathon en 1h 39

La Capdervoise 15 Km en forêt en
1h 07.

Spornatrail 50 Km

12 Km en 52' 51" et 10 Km en 43'58"

William PALMEN 29 ans

10 Km piste

2 participations aux demi finales de
cross en individuel

Semi marathon en 1h 29'

10 Km en 34' 34"

Paris - Versailles 114^{ème} sur 1980.

LES 6 HEURES DE . . .

Sur l'étape d'hier, au passage dans
la commune d'ESQUENNOY (Oise)
100 coureurs participaient aux 6
heures du Val de Noye en relais
individuel. L'organisateur Jacky
RUCQUOY et Président du Club
local offre un ravitaillement à nos
relayers.

Il a couru LA FRANCE EN
COURANT avec l'équipe Casino Run
Forges les Eaux en 2003.

Merci à lui et à toute son équipe
pour leur aimable invitation.

LIGUE CONTRE LE CANCER

Le Professeur **LORRIAUX**,
Président du Comité de la Ligue
contre le cancer de la Somme

nous a fait l'honneur de sa
présence hier à Montdidier. Il
était accompagné de Mesdames
Portier et Thulliez membres du
Comité de la Somme.

Le Professeur âgé de 90 ans a
insisté sur les bienfaits de
**manger du pain et de faire du
sport**. La FRANCE EN COURANT
met cela en pratique
quotidiennement.



Professeur LORRIAUX

Chantal CONNAC tient à chaque
étape le stand de LA LIGUE
CONTRE LE CANCER et propose
à la vente ses porcelaines
peintes à la main.

Le bénéfice de cette vente est
intégralement reversé à La
Ligue

HIER ENCORE . . .

Nos flêcheurs **Rogers et
Christian** ont été témoin d'une
scène cocasse. En effet, lors de
la traversée du village de
Colmesnil-Manneville dans la
Seine Maritime, Madame le Maire
de cette commune a été surprise
de rencontrer ces peintres sur
macadam et les a interrogés.

Après les explications fournies de
nos deux amis elle fut subjuguée
à tel point qu'elle décida de
maintenir l'éclairage communal
allumé lors du passage nocturne
des coureurs.

L'enjeu en valait bien la
chandelle !

BON ANNIVERSAIRE !

A Dominique SIMONET qui
fêtait hier ses 43 ans. Une
belle occasion pour les
Champenois de fêter cet
événement surtout lorsque l'on
sait que Dominique s'est lancé
comme défi d'effectuer le Tour
de France en courant.



★ AUJOURD'HUI

**2^{ème} étape : Montdidier (80) -
Chalons en Champagne (51)**

Distance : 192 Km

Départements traversés :
Somme, Aisne, Marne.

Départ de Rollot pays du
fromage du même nom à 2h 30.

Dans le département de l'Oise,
nous traversons les communes de
Lassigny, Ribécourt et Attichy.

Contournement de la Forêt de
Laigue par **Tracy-le-Mont**, village
mémoire de la guerre 1914/1918.

Jusqu'à **Pommiers**, nous longeons
l'Aisne avant de passer près de
Soissons.

Aucune difficulté marquante pour
arriver jusqu'à **Saint Thibaut** en
bordure de la Vesle.

Le département de la Marne nous
accueille à **St Gilles**. Une
trentaine de kilomètres restent à
parcourir avant d'arriver à **Jouy-
les-Reims** terme de cette
première demi étape.



La deuxième partie du parcours passe dans le Parc Naturel Régional de la Montagne de Reims et emprunte la route des Vins de Champagne.

C'est ainsi que nous admirons les villages de **Sermiers**,

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération



de **Verzenay** avec son célèbre moulin à vent qui surplombe le vignoble, **Verzy** et sa forêt d'hêtres « tortillards ».

Châlons-en-Champagne est le point d'arrivée de cette 2^{ème} étape.



DEMAIN

3^{ème} Etape : Chalons en Champagne (51) - Pont à Mousson (54)

Distance : 193,5 Km

Départements traversés : **Marne, Meuse, Meurthe et Moselle.**

Départ décalé de 12 Km. De **Châlons-en-Champagne.**

Emprunter la N 44 pour aller prendre le départ à **Pogny** à 2h 30.

En longeant la Moivre, traverser **Somme Yèvre** et en parcourant la vallée de la Yèvre arriver à **Ste Menehould.**



Ste Menehould

Couper la Forêt d'Argonne en passant par **Florent en Argonne** et **Varennes en Argonne**. Nous serons alors dans la Meuse. A **Charny sur Meuse** suivre le canal de l'Est jouxtant la Meuse.

Demi étape à **Belleville sur Meuse.**

Cette 2^{ème} demi étape sera marquée par le passage à **Douaumont** et la Forêt de Verdun. Poursuite du parcours par les villages de **Moulainville** et **Fresnes en Wooëvre.**

A **Pannes**, nous entrerons dans la Meurthe et Moselle. Il sera agréable de clôturer cette journée en passant par les villages de **Vilcey sur Treil** et **Norroy.**

Arrivée à **Pont à Mousson.**



Délayer la levure dans le lait tiédi. Séparer jaunes et blancs d'œufs. Placer la farine en terrine dans un creux pratiqué au centre. Placer les jaunes d'œufs, la levure délayée et le beurre ramolli en pommade. Pétrir en amalgamant à la farine jusqu'à obtention d'une pâte ferme et homogène. Battre les blancs en neige et les ajouter à la préparation. Beurrer deux moules à manqué de 15 cm de diamètre et y répartir la pâte qui va gonfler à la cuisson. Quand la surface est dorée, retourner chacun des gâteaux sur la grille et les remettre en cuisson sur l'autre face. Dès qu'ils sont dorés, les retirer du four.

Les faluches se mangent souvent au petit déjeuner, avec confiture, beurre ou autre mais la spécialité de chez nous c'est plutôt les faluches coupées dans le sens de l'épaisseur, beurrées des deux côtés et largement saupoudrées de cassonade. Bien sûr, en sandwich salé, avec œuf jambon salade, c'est tout aussi délicieux. Idéal pour ceux qui aiment le pain blanc.

LE PAIN ET SES RECETTES

Faluche (recette du Nord et de Picardie) - Ingrédients pour 10 personnes : 750 g de farine, $\frac{1}{2}$ tasse de lait, 20 g de levure de boulanger, 4 œufs, 200 g de beurre.

Le pain partenaire officiel du sportif



MOMENT DE DETENTE

C'est un belge qui va dans une boulangerie :

- Alléi, bonjour madame, j'aimerais une livre de pain

- Vous êtes belge ? lui répond la boulangère.

- Comment avez-vous deviné ?

- L'accent. Le belge sort mécontent de la boulangerie et se dit : « Alléi, c'est décidé, je vais partir 2 ans en Suisse et comme ça, ils ne se moqueront plus ».

Le belge part et revient 2 ans plus tard. Il va dans un magasin et demande avec son accent suisse :

- Bonjour madâame, j'aimeraiiii une livre de paiiinin.

- Mais vous êtes belge, lui répond la dame. Le belge reprend son vieil accent et répond :

- Alléi, comment avez-vous deviné ?

- Mais monsieur, ici, c'est une boucherie.

JEUX DE MOTS

Ces six saucissons-ci sont si secs qu'on ne sait si s'en sont.



COUREUR ILLUSTRE

Walter GEORGES - Anglais né en 1858 + en 1943.

Palmarès : 1880-1886 Plusieurs records mondiaux.



Ancien grand miler, Walter Georges réussit une formidable adaptation sur longue distance. Souffrant de crises d'asthme, il fut malgré tout l'un des pionniers du demi-fond et du fond. Passé professionnel, il réussit des exploits superbes, tel qu'un mile en 4'12" qui tiendra 29 ans sur les tablettes mondiales avant d'être battu.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !

ROLLOT (60) : 90 m - 631

habitants. Eglise paroissiale St Nicolas. Motte féodale abritant une cave médiévale du 12^{ème}.

Fabrication du fromage à base de lait de vache « Le Rollot »,



une des gourmandises préférées de Louis XIV.

LASSIGNY (60) : 80 m - 1277 habitants. La commune ruinée, a reçu la Croix de guerre 1914/18. Motte, dite Tour de Roland. Cimetière allemand.

RIBECOURT (60) : 42 m - 3952 habitants. Château 19^{ème}. Canal latéral de l'Oise.



Le Raid des 5 piliers. 50 Km et 100 km. 07.04.2007

TRACY LE MONT (60)



120 m - 1718 habitants. Village mémoire 1914/18. Château d'Offemont. Cimetière militaire renfermant 3197 corps.

ATTICHY (60) : 47 m - 1895 habitants. Traces du château détruit en 1794, Henri IV y logea en 1590. Champignonnières. Raffineries de sucre. Port sur l'Aisne.



Les Foulées Attichoises 5 et 10 Km. 18.11.2007

POMMIERS (02) : 43 m - 614 habitants. Château du Châtelier 15^{ème}/16^{ème}. Paysage de bocage.

MONT NOTRE DAME (02) :

70 m - 637 habitants. Ferme du Mont Banni et Fontaine aux Loups (source). Beau panorama. Elevage de perdrix (le 1^{er} d'Europe).

PARC NATUREL REGIONAL DE LA MONTAGNE DE REIMS

50 000 ha - 68 communes - 35000 habitants. Maison du Parc à Pourcy. Situé au cœur de la Champagne dans le département de la Marne, le parc a été créé en 1976. Point culminant : Mt Sinai 288 m, site des Faux en forêt de Verzy.



Plateau recouvert de forêts et versants plantés de vignes pour le champagne.

JOUY LES REIMS (51) : 112 m - 178 habitants. Vignoble. Coopérative inaugurée en 1955.



L'église démolie à la guerre de 14 fut reconstruite un peu plus loin ; elle renferme un vitrail unique en Europe datant du 15^{ème} représentant une vierge enceinte.

VERZENAY (51) : 200 m - 1101 habitants. Moulin à vent. Phare 19^{ème} (musée de la vigne). Eglise 18^{ème}. Canal de l'Aisne à la Marne.

VERZY (51) : 284 m - 1068 habitants. Observatoire du Mt Sinaï. Chapelle St Basile.



Forêt des Faux : près de 1000 hêtres tortillards, variétés de hêtres développés en parasol et connus depuis le 6^{ème} siècle.

AMBONNAY (51) : 99 m - 955 habitants. Rues aux appellations vigneronnes (enseignes en fer forgé. Pressoir centenaire en plein air. Cru classé (Emblème de la coccinelle).

CONDE SUR MARNE (51) :

83 m - 611 habitants. Village fleuri 3 fleurs.



Halle ancienne avec charpente en châtaignier.

CHALONS EN CHAMPAGNE (51) :

83 m - 50338 habitants. Le 29/12/1997 Chalons sur Marne devient Chalons en Champagne. Ville fleurie 2 fleurs. Hôtel de Ville 1771. Cathédrale St Etienne. Ancienne abbaye de Toussaint 16^{ème}.

Collégiale Notre Dame en Vaux inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO dans le cadre des Chemins de St Jacques de Compostelle.



Promenade du Jard. Carrière de blanc minéral dit blanc d'Espagne. Chalonnais célèbres : Pierre Dac (1893-1975) humoriste. Maurice Renard (1875-1939) romancier. Jacques Massu (1908-2002) Général.



Courir pour la vie 10 et 21,1 Km. 01.04.2007 - Les 10 Km de l' ASPTT Chalons 10.06 2007 - Le Relais de l' ASPTT Chalons 10,2 Km 22.09.2007



Entrée à Bosc le Hard (Seine Maritime)



Arrivée de l'équipe du Maine et Loire à Montdidier

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

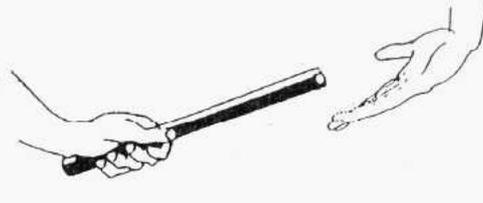
7, Résidence Epervier

27300 - MENNEVAL

Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org

france.courant@laposte.net



On peut toujours trouver plus cons que les supporters : y'a les sportifs. Parce que les supporters, ils sont assis, les autres ils courent. - Coluche -

ILS SE SONT BIEN BATTUS

Compte tenu de la longueur de la première demi étape (135 Km) et d'une météo changeante entre Montdidier et Châlons en Champagne les coureurs n'ont pas démérité. Parmi toutes les équipes, celle des Pétillants Champenois s'est hissée à la 4^{ème} place.

Il est vrai que la bande à Alain arrivait sur ses terres et que l'équipe se faisait un point d'honneur à se classer honorablement. Mission accomplie !



A Châlons en Champagne, les Pétillants sont chez eux

2^{ème} L'Eure à 8'41" - 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 28'40" - 4^{ème} Les Pétillants Champenois à 1h11'18" - 5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 1h17'44" - 6^{ème} Maine et Loire à 2h10'53" - 7^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie à 2h 52'43" - Courir pour la Charente Maritime - Les Authentiques.

Classement général :

1^{er} L'Eure 25h24'31" 15,507 Km/h
2^{ème} VIP Endurance 72 Adidas à 7'26" - 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 36'59" - 4^{ème} Sports Loisir Aliermontais à 2h52'06" - 5^{ème} Les Pétillants Champenois à 3h26'43" - 6^{ème} Maine et Loire à 4h03'37" - 7^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie à- 6h16'32" Courir pour la Charente Maritime Les Authentiques.

ACCUEIL A JOUY LES REIMS

A partir de St Gilles (Marne) près de Fismes, des voitures anciennes ont suivi la caravane et des coureurs locaux ont accompagné les participants à LA FRANCE ENCOURANT jusqu'à Jouy les Reims, terme de la 1^{ère} demi étape.

C'est à la Cave coopérative de Jouy les Reims qu'eut lieu un accueil remarquable. Etaient présents : M. PILLERE adjoint au maire, M. ARDHUIN responsable Groupama, M. Didier RONDEAU Président de la Cave coopérative et M. Alain RONDEAU Président de la Caisse Locale Groupama. Un apéritif au Champagne fut servi à l'ensemble de la caravane.



Apéritif copieux à la Cave coopérative de Jouy-les-Reims



RESULTATS

Classement de l'étape :

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
12h 39' 15,178 Km/h

A l'arrivée à Châlons en Champagne et à l'issue de la proclamation des résultats, une magnifique coupe fut remise à chaque équipe.

Un vin d'honneur clôtura cette après-midi dans les grands salons de l'Hôtel de Ville.

M. Bruno BOURG-BROC, député maire de Châlons en Champagne accompagné de Mme Martine RAGETLY déléguée aux Sports et Mme Martine DE NARBONNE responsable des manifestations de la ville nous dit combien il apprécie notre épreuve.

Il souligne que LA FRANCE EN COURANT est une compétition portant des valeurs saines dans un monde sportif où malheureusement il est souvent question de tricheries et de dopage.

Enfin, Monsieur le Maire lance à la cantonade qu'il est heureux d'accueillir le boulanger et ses petits mitrons.



Réception à la mairie de Châlons en Champagne

Le pain partenaire officiel du sportif



M. Jean-Pierre CRUZET, Président National de la Boulangerie et M. BRESSY Vice-Président Régional de la Boulangerie étaient présents à l'arrivée de l'étape champenoise.

* AUJOURD'HUI

3^{ème} étape : Châlons en Champagne (51) - Pont à Mousson (54)

Distance : 193,5 Km

Départements traversés : Marne, Meuse, Meurthe et Moselle.

Pour sa 3^{ème} étape, la course part de Pogny en bordure de la Marne.

Sur 15 Km, les coureurs longent la vallée de la Moivre jusqu'à la commune portant le même nom.

Changement de vallée avec celle de la Yèvre, cours d'eau arrosant les villages de Dampierre le Château et Voilemont.

Il fait jour lorsque nous passons à Ste Menehould, sous-préfecture de la Marne.

Nous quittons la région Champagne-Ardenne pour entrer dans celle de la Lorraine et plus précisément dans le département de la Meuse.

Passage à Varennes en Argonne, où le Roi Louis XVI et sa famille furent arrêtés le soir du 21 juin 1791, Avocourt, Esnes en Argonne, Chattancourt.



Chattancourt

Nous arrivons sur les rives de la Meuse et du canal de l'Est à Charny.

Les faubourgs de Verdun ne sont plus très loin ; voici l'arrivée à Belleville sur Meuse, commune qui nous a accueilli somptueusement en 2005 comme ville étape.

Le passage à Douaumont impose un immense respect : Février 1916 Décembre 1916, 300 jours et 300 nuits de combats acharnés, 300 000 soldats français et allemands disparus.

Poursuite de l'étape par les communes de Moulainville, Haudiomont.

Au revoir à la Meuse et bonjour à la Meurthe et Moselle au moment où nous traversons Pannes au cœur du Parc Naturel Régional de Lorraine.



Les bords de la Moselle à Norroy laissent augurer une arrivée superbe à Pont-à-Mousson.

* DEMAIN

4^{ème} étape : Pont à Mousson (54) - BARR (67)

Distance : 192,5 Km

Départements traversés : Meurthe et Moselle, Moselle, Vosges, Bas Rhin.

Après 22 Km parcourus dans la Meurthe et Moselle, nous entrerons dans la Moselle en découvrant les villages de Lemoncourt et Delme. Aux premières lueurs de la journée, la route de LA FRANCE EN COURANT, conduira les compétiteurs vers les villages mosellans de Bréhain, Bellange, Dieuze. Passage à proximité de nombreux étangs situés autour de Gelucourt et Moussey.

Incursion à nouveau en Meurthe et Moselle sur 20 Km pour arriver au terme de la 1^{ère} demi étape : Badonviller.

Dans les Vosges, première difficulté de ce Tour avec l'ascension du Col de Danon (718 m).

Il restera 55 Km pour gagner l'arrivée en passant par Schirmeck, le Mont Ste Odile et l'arrivée à Barr.

ANECDOTES DU JOUR

André CHARRIER, responsable des parcours a été confronté à une situation amusante : pour éviter un pont à hauteur limité et pour rattraper le circuit fléché il s'est retrouvé dans une impasse face à un chenil. Les chiens ont manifesté leur mécontentement, semblant dire : « Les chiens aboient et la caravane passe ».

* * * * *

Bruno KUBIAK des Pétilnants Champenois est, nous dit-il, pleinement heureux de sa journée. Avec son équipe, il s'est « défoncé » mais ne pense pas renouveler trop souvent cet effort car cela pourrait contraindre l'équipe à Chocho à reculer dans le classement général. C'est bien Bruno, nous apprécions ton humilité...

LE PAIN ET SES RECETTES

Pain bagnat (la vraie recette niçoise) : Ingrédients : 4 petits pains ronds, 2 tomates, 1 poivron vert, 1 gousse d'ail écrasé, 1 oignon émincé, 8 filets d'anchois, 150 g de miettes de thon, 85 g d'olives dénoyautées et hachées, 4 œufs, 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel, poivre.



1. Mélangez le sel et le poivre avec le vinaigre. Emulsionnez avec l'huile en battant au fouet. Coupez les petits pains en deux. Enlevez la mie, humectez-les de la vinaigrette.

2. Lavez et coupez les tomates en quartiers. Epépinez-les et taillez-les en tranches. Lavez le poivron, l'ouvrir en deux, enlevez les graines et les parties blanches, puis coupez la chair en lanières.

3. Dans un récipient, mélangez l'ail, l'oignon, les tomates, le poivron, olives et thon. Remplissez le fond des petits pains avec cette préparation. Garnissez chacun de 2 filets d'anchois, fermez les petits pains en pressant bien et mettre au frais.

4. Faire cuire les œufs dans de l'eau bouillante durant 5 mn. Passez-les sous l'eau froide pour les écaler. Coupez-les en rondelles. Puis, au dernier moment, glissez les rondelles d'œufs dans les sandwiches.



MOMENT DE DETENTE



Un très médiocre pianiste explique à un journaliste :

- Dans notre langage de musiciens, nous appelons une fausse note un pain.
- Vous devriez songer à ouvrir une boulangerie.

COUREUR ILLUSTRE

Jean BOUIN : France né en 1888 + le 29.09.1914

Palmarès : 1908 - 1913
Recordman du monde sur plusieurs distances - 3 fois vainqueur du cross des nations (1911 à 1913) -



Records : 3000 m 8'49"06
5000 m 14'36" 8/10
6 miles : 29'51"6/10
10 000 m : 30'58"
Heure : 19,219 Km

Athlète polyvalent dans sa jeunesse (natation, football, cyclisme, gymnastique), Jean Bouin est né à Marseille. Superstitieux et intelligent, il deviendra aussi un journaliste apprécié. Avec des amis passionnés de course à pied, il fonde un petit club. Sa classe éclate en 1908, lorsqu'il finit 2^{ème} du cross des nations, à un mètre du vainqueur et après avoir perdu de précieuses secondes à secourir un adversaire victime d'une chute. Appelé sous les drapeaux et versé dans le service auxiliaire pour hypertrophie cardiaque (sic), Jean Bouin exigera d'être intégré dans une unité combattante. Il succombera en 1914 à la bataille de la Marne pendant l'attaque du Mont Sect par un éclat d'obus qu'on dit français. Son record de France du 5000m ne fut amélioré qu'en 1948.

Pascal FETIZON, champion du monde des 100 Km nous a fait l'honneur de sa présence sur la Place Foch. Il n'est pas exclu qu'une de ces prochaines années il participe à LA FRANCE EN COURANT.



Les flêcheurs s'activent

JEUX DE MOTS

Un ver vert sur un verre vert,
l'ami l'a mis là.

🌿 AH QUE LA FRANCE EST BELLE !

POGNY (51) : 101 m - 664 habitants. Vallée de la Marne. Port sur le canal latéral à la Marne. Plus grand silo de luzerne en granulé au monde : 110 000 t.

VOILEMONT (51) : 156 m - 44 habitants. Vallée de l'Yère. Carrières de moellons de craie et de pierres à chaux. Vestiges du château de Maupertuis.

STE MENEHOULD (51) : 130 m - 5200 habitants. Située à la lisière du massif argonnais. Ville fleurie 3 fleurs, entourée par la rivière de l'Aisne. Cité chargée d'histoire : passage de Louis XVI, pays natal de Ménehould au Vème siècle et de Dom Pérignon. Moulin de Valmy. Spécialité culinaire : les pieds de cochon.



VARENNES EN ARGONNE (55) : 180 m - 700 habitants. Rendue célèbre lors de l'épisode de l'arrestation de Louis XIV et de sa famille le 21 juin 1791.



Ville presque complètement détruite durant la 1^{ère} guerre mondiale.

CHATTANCOURT (55) : 196 m - 181 habitants. Cimetière national français. Eglise St Nicolas 1929, remplace celle détruite en 1914/18.

THIERVILLE SUR MEUSE (55) : 204 m - 3537 habitants. Eglise St Brice 1718 endommagée en 1914/18 et restaurée.



La course des étangs 12 Km
22.04.2007

BELLEVILLE SUR MEUSE (55) :



193 m - 3213 habitants. Gros bourg de la banlieue de Verdun. Du haut de la Côte St Michel, très belle vue sur Verdun et sa vallée. Ancien vignoble renommé (Côte St Michel). Eglise St Sébastien 1928, remplace celle détruite en 1914/18 qui datait de 1712.

DOUAUMONT (55) : 380 m - 6 habitants. Fort de Douaumont 1885.



Cimetière militaire national : 15 000 tombes. Tranchée des baïonnettes. Champ de bataille de Verdun. Chapelle souvenir 1932 à l'emplacement du village détruit. Chapelle de l'Ossuaire. Musée militaire.

HAUDIMONT (55) : 263 m - 213 habitants. Village entièrement détruit en 1914/18 et reconstruit. Chemin des Romains, ancienne voie de Reims à Metz.

PARC NATUREL REGIONAL DE LORRAINE : Il s'étend sur 3 départements : la Meuse, la Meurthe et Moselle et la Moselle. 219 836 habitants. Créé le 17 mai 1974. Richesse de sa faune et de sa flore.



A voir : les Côtes de Meuse de Toul et de Moselle, la Plaine de Woëvre, la Vallée de la Meuse, le Plateau de Haye, le Pays des étangs, le Pays du Saulnois et la Vallée de Bride et Koecking.

HANNONVILLE SOUS LES COTES (55) : 235 m - 534 habitants. Maison des Arts et Traditions Rurales. Domaine du Longeau, espace naturel de forêts et d'étangs.

PANNES (54) : 217 m - 147 habitants. Ville jumelée avec Pannes (Loiret), jouant sur les homonymies et la ressemblance des codes départementaux (45 et 54). Rives de la Madine. Lac.

VILCEY SUR TREY (54) : 231 m 155 habitants. Maisons 18^{ème}. Eglise-halle fin 18^{ème}. Superbes vestiges de l'ancienne abbaye de Ste Marie aux Bois 12^{ème}.

PONT A MOUSSON (54)



183 m - 15018 habitants. La ville fut ravagée à maintes reprises par les guerres : au 17^{ème}, en 1870, en 1914/18 et en 1944.

Place Duroc. Maisons 16^{ème} à 18^{ème}. Hôtel de Ville 1788. Eglise St Martin 14^{ème}/15^{ème} remaniée 16^{ème} à 18^{ème}. Musée « Au fil du Papier ». Ancienne abbaye des Prémontais. Menhir dit « La Pierre-au-Jo ». Fontaine rouge : source sulfureuse et ferrugineuse. Point de vue sur la Moselle. Ville natale de Marguerite d' Anjou épouse d'Henri IV d'Angleterre.



Vieux tacot à Jouy-les-Reims



Les gardes du corps de Philippe



Encore une belle « ancienne »



Stand de la Ligue contre le cancer

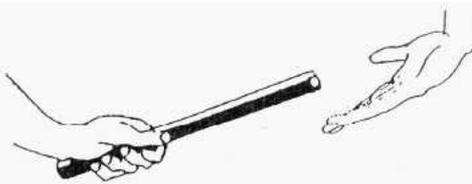


Le départ pour la 2^{ème} demi étape est proche



Jouy-les-Reims, départ de la demi étape

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT7,
 Résidence Epervier
 27300 - MENNEVAL
 Tél. 02 32 43 35 97
www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Si les Français savaient le rôle de l'intelligence et de la volonté, la part de l'esprit et de caractère dans la plupart des sports : avec quel entrain ils y pousseraient leurs enfants.
- Pierre de Coubertin -

V. I. P. REDYNAMISE L' EQUIPE A CHOCHO

Toujours très apprécié le petit déjeuner matinal ! **Micheline et Claude, Marcel, Pierre, Joël, Yves, Justine** vous proposent, derrière leur fourneau, plein de bonnes choses.

Entre autres, **Claude** cueille les fruits de son jardin, confectionne la confiture que nous dégustons chaque matin.

Quand on vous dit que LA FRANCE EN COURANT est une entreprise artisanale, nous n'inventons rien.

CORRECTION : Une erreur s'est glissée sur le Témoignage n°151. Dans la rubrique « Ah ! Que la France est belle » il fallait lire sur le descriptif de Varennes en Argonne Louis XVI au lieu de Louis XIV.

REMISE DES PRIX ET RECEPTION

Parmi les personnalités présentes à la proclamation des résultats on peut citer M. Henri LEMOINE, maire de Pont à Mousson, M. Alain MASIO, adjoint à la culture, M. HOUILLON, Président des Boulangers à Pont à Mousson.



Mairie de Pont à Mousson

Chaque équipe a reçu un panier garni composé de griottes de Fougerolles, de bonbons et des Croq Duroc.

La place Duroc où nous nous trouvons hier après-midi porte le nom d'un général français, grand maréchal du Palais sous l'Empire. Une belle réception eut lieu dans la salle des mariages de l' Hôtel de Ville.

La FRANCE EN COURANT remercie chaleureusement la municipalité de PONT A MOUSSON pour leur chaleureux accueil

RESULTATS

Classement de l'étape :

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
12 h 26'55 - 15,584 Km/h

2^{ème} L'Eure à 17'25" - 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 1h16'27" - 4^{ème} Maine et Loire à 1h57'27" - 5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 2h13'03" - 6^{ème} Les Pétillants champenois à 2h43'59".

7^{ème} Courir pour la vie courir pour Curie à 3h14'29" - Courir pour la Charente Maritime - Les Authentiques.

Classement Général :

1^{er} V.I.P. Endurance 72 Adidas
37h 58' 52" 15,481 Km/h.

2^{ème} l'Eure à 14'59" - 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 1h46' - 4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 4h58'43" - 5^{ème} Maine et Loire à 5h53'38 - 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 6h03'16" -

7^{ème} Courir pour la Vie courir pour Curie à 9h 23'35" - Courir pour la Charente Maritime - Les Authentiques.

PROPOS RECUEILLIS PAR
CLAUDE ROUSSIN SUR LA
LIGNE D'ARRIVEE A PONT A
MOUSSON :

Anne-Lise ROCHER (Courir pour la Charente Maritime) « Nous ne venions pas pour gagner, mais c'est dommage de ne plus apparaître dans le classement.

J'ai comme l'impression que certains problèmes dans l'équipe ont été résolus depuis notre disqualification. Maintenant, cela va nettement mieux. C'est super important de pouvoir courir encore avec les autres équipes et toujours pour le plaisir ».

Jean-Claude THIENARD (Sports Loisirs Aliermontais) « Après une nuit bien arrosée, nous sommes partis avec le soleil vers 6h 30 ; il a fait un peu chaud sur le parcours mais c'était bien.

Nous nous sommes donnés à fond les 2 premiers jours mais nous avons un peu temporisé.

★ AUJOURD'HUI

4^{ème} étape : Pont à Mousson (54) - Barr (67)

Distance : 192,5 Km

Départements traversés : Meurthe et Moselle, Moselle, Vosges, Bas Rhin.

Départ à 2h 30 par la D120 en traversant la forêt de Facq qui nous mène à **Atton** et ensuite à **Nomény**.

Il fait encore nuit lorsque nous entrons en Moselle. Passage à **Aulnois sur Selle, Delme, Oron**.



Site de la côte de Delme

Le jour se lève à **Bréhain**. A **Bellange**, les coureurs n'empruntent pas la voie romaine mais restent bien sur la D78.

Les relayeurs gagnent ensuite **Dieuze** par une route agréable traversant la Forêt de Bride. Jusqu'à **Maizières les Vic** une

succession de petits étangs égaient le paysage.

Avant d'arriver à **Moussey**, nous franchissons le canal de la Marne au Rhin.

Retour dans la Meurthe et Moselle. A **Igney**, magnifique point de vue de la Butte d'Igney.



Sur la route d'Igney

19 Km restent à courir pour atteindre la demi étape du jour : **Badonviller**.

La deuxième partie de l'étape permet de découvrir les départements des Vosges et du Bas-Rhin et de pénétrer dans la région Alsace.

Par une route pittoresque, nous arrivons à **Vexaincourt**. Le **Col de Donon** (718 m) permet de basculer dans le département du Bas-Rhin.



Schirmeck est située sur la Bruche, au cœur de la vallée vosgienne.

Passage dans la Forêt d'Obernai et le **Mont Ste Odile** nous accueille dans un cadre monastique fréquenté par de nombreux pèlerins.

Par une route verdoyante, les coureurs arrivent à **Barr**, coquette cité viticole au cœur de la route des vins d'Alsace.



★ DEMAIN

5^{ème} étape : Barr (67) - Delle (90)

Distance : 192 Km

Départements traversés : Bas Rhin, Haut Rhin, Vosges, Territoire de Belfort.

Départ décalé de 7 Km pour cette 5^{ème} étape. Il sera donné près de **Itterswiller** à l'intersection de la D35 et de la D253.

Entrée dans le Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges : **Villé, Lièpvre, Ste Marie aux Mines**.



Ste Marie aux Mines

Sur 60 Km se succéderont 7 cols vosgiens s'élevant entre 903 m (**col des Bagenelles**) et 1186 m (**col du Herrenberg**).

Demi étape à **Rouffach**, charmante cité ancienne du Haut-Rhin enchâssée dans un vignoble des plus réputés.

Il restera 64,5 Km pour gagner l'arrivée à **Delle** (Territoire de Belfort) en passant par **Wittelsheim, Balschwiller, Dannemarie et Vellecot**.



Maison à Dannemarie

FELICITATIONS

A Yves LEGENDRE, Grand père pour la 12^{ème} fois d'un petit garçon prénommé Charles né le 16 Juillet 2007.

VISITE

André CHARRIER s'est rendu au cimetière militaire de Montauville (Meurthe et Moselle) où repose son grand-père. Blessé de guerre, il décéda le 17 septembre 1914.

Le passage à Douaumont n'a laissé personne indifférent tant ce secteur est chargé d'histoire. Chacun aura éprouvé respect et émotions au passage devant les nombreuses stèles et cimetières militaires.



ANECDOTES :

On n'arrête pas le progrès.

Topium, l'animal de compagnie de notre infirmière Françoise Dumont occupe agréablement ses journées à écouter de la musique. Portant un MP 3 autour du cou, Topium écoute sans se lasser la « Voix de sa maîtresse ».

Il est rappelé aux chauffeurs que dès le lever du jour leur véhicule ne peut plus suivre le coureur mais doit se positionner à la distance convenue par l'équipe.



LE PAIN ET SES RECETTES

Pain aux olives : Ingrédients : 150 g d'olives noires et vertes dénoyautées, 175 g de jambon cuit coupé en petits cubes, 100 g de comté râpé, 200 g de farine, 3 œufs, 5 cl d'huile d'olive, 1 cuillère à café de sel, poivre, 1,5 dl de lait, 15 g de levure fraîche.



Délayez la levure dans le lait tiède. Mettez la farine dans un grand bol, cassez les œufs, ajoutez le sel, le poivre et l'huile d'olive. Battez au mixer et incorporez le lait et la levure afin d'obtenir une pâte assez molle (comme pour un cake). Avec une spatule, mélangez à la pâte les olives, le jambon et le fromage. Versez dans une forme à cake et enfournez dans un four préchauffé à 180° pendant une heure. Démoulez et laissez refroidir sur une grille pour obtenir une croûte croquante. Découpez en tranches épaisses et servez avec une salade, ou détaillez en petits carrés et service comme amuse-gueule à l'apéritif.



MOMENT DE DETENTE



C'est deux fous qui entrent dans une boulangerie et demandent :

- Bonjour madame la boulangère, avez-vous des tartes aux concombres et aux brocolis ?

- Non, je n'en ai pas répond la boulangère.

Les fous reviennent ensuite tous les jours en redemandant la même tarte.

Excédée, la boulangère demande à son mari de lui faire des tartes aux concombres et aux brocolis.

Quand les fous reviennent la fois d'après, elle leur dit :

- Aujourd'hui, nous avons de la tarte aux concombres et aux brocolis !

Et les fous répondent en chœur :

- Ce n'est pas bon, hein ?

JEUX DE MOTS



Cinq pères capucins, sains de corps et sains d'esprit, le corps ceint d'une ceinture, portaient sur leur sein le sous-seing des saints capucins.

COUREUR ILLUSTRE

Emil ZATPEK : Tchecoslovaque né le 19.02.1922 + le 22.11.2000.



Palmarès 1948 - 1955 : Champion Olympique du 10 000 m (1948 et 1952). Champion Olympique du 5000 m (1952).

Champion Olympique du marathon (1952). Records du monde = 17 du 5000m au 30 Km entre 1949 et 1955.

Records :

1500 m : 3' 52" 8/10

3000 m : 8' 07" 8/10

5000 m : 14' 03"

10000 m : 29' 02" 6/10

Heure : 20 Km 052

Marathon : 2h 23' 03"

Le jeune Zatopek est apprenti ouvrier dans une usine de chaussures, lorsque à la faveur d'une épreuve de propagande, il se classe second. C'était sa première course. Ce résultat l'encourage à persévérer et à s'entraîner sérieusement. Il entra dans la légende aux JO d'Helsinki en 1952 en gagnant coup sur coup les médailles d'or

du 5000 m, du 10000 m et du marathon. En course, Zatopek grimaçait fortement et dodelinaït de la tête. Ce style si particulier le faisait reconnaître et participa à assoir son mythe et sa légende. En 1968, le colonel Zatopek prit le parti du Printemps de Prague. Zatopek a laissé un souvenir indélébile : celui d'un athlète grandement aimé de ses adversaires et de toutes les personnes qui l'ont côtoyé.

Surnom :

la locomotive tchèque.



LA VALSE A DEDE DE BERNAY



🌸 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌸

NOMENY (54) : 185 m - 1105 habitants. Le village fut dévasté en août 1914 (55 morts) puis en 1944.



Eglise St Etienne reconstruite après 1918 telle qu'elle était (13^{ème}/15^{ème}/16^{ème}). Rives de la Seille.

Louise de Lorraine-Vaudémont, épouse du roi Henri III, naquit au château de Nomeny en 1553.

DELME (57) : 130 m - 741 habitants. Château 16^{ème}. Eglise St Germain néo-gothique 1859. Site de la Côte de Delme (403 m).

BELLANGE (57) : 230 m - 45 habitants. Passage de la voie romaine. Ancienne maison des tlempliers. Moulin à grains.

DIEUZE (57) : 219 m - 4069 habitants. Visite de Napoléon Bonaparte et de Napoléon III en 1857. On raconte que celui-ci, au cours de sa visite, aurait été offensé et aurait fait arrêter les travaux du canal.



Anciennes salines royales 18^{ème}. Etang des Essarts.

MAIZIERES LES VIC (57) : 240 m - 378 habitants. Moulin

Xirxange. Maisons de ferme 18^{ème}. Etangs.

IGNEY (54) : 350 m - 128 habitants. Dommages au cours de la guerre 1939/45. Motte fossoyée. Point de vue de la butte d'Igney (359 m).

BADONVILLER (54) : 330 m



1527 habitants. Hôtel de Ville 1811 reconstruit en 1924. Cimetière national : 2562 soldats français. Musée et Maison de la faïence et des Arts du feu. Carrières de grès.

RAON SUR PLAINE (88) : 300m
143 habitants. Monument à la
mémoire des Evadés de guerre et
des Passeurs.

SCHIRMECK (67) : 315 m - 2227
habitants.



Mémorial des déportés du camp
de Schirmeck la Broque. Eglise
St Georges 18^{ème}. Cimetière
israélite. Vallée de la Bruche.



Les Foulées de Schirmeck 5
et 10 Km - 01.04. 2007.

MONT SAINTE ODILE (67) :

763 m - Haut lieu de la culture
alsacienne, c'est un lieu de
pèlerinage très fréquenté
consacré à Sainte Odile, bien que
le monastère ait été transformé
en hôtel.



Le 20 janvier 1992 à 19h 20, un
Airbus A320 s'écrase sur une
crête du Mont Sainte Odile
faisant 87 morts et laissant
9 survivants.

BARR (67) : 210 m - 6053
habitants. Capitale vinicole. Grand
cru « Kirchberg ».



Place de L'Hôtel de Ville (17^{ème}).
Maisons Renaissance. La Folie

Marco, ancien hôtel Louis XV
(musée). Eglise St Martin 19^{ème}.
Violents combats opposant en 1944
allemands et américains.
Spécialité gastronomique :
escargots.



Festival de la Montagne au
Pays de Barr 6 et 19,3 Km.
23.06.2007



Mariline Béneston



Christian Guérinier et Bruno Kubiak



Jean-François Hommet



L'équipe V.I.P. au complet

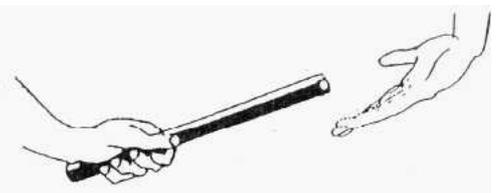


Mais comment Chocho
perfectionne-t-il sa culture
générale ?

**Comité d'Organisation de
LA FRANCE EN COURANT**

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Baisser les bras dans une compétition sous prétexte qu'on ne peut terminer premier est incompatible avec l'esprit du sport. - Eric Tabarly -

L'ECHAUFFEMENT EST TERMINE

Hier, il a fallu s'accrocher sur les pentes des Cols de la Chapelotte et du Donan ainsi qu'au passage du Struthof et au Mt Ste Odile.

La « bagarre » était annoncée et n'a pas déçu les puristes. A la demi étape de Badonviller VIP devançait l'Eure de 52 petites secondes. Voici donc ces temps de passage :

Col de la Chapelotte (447 m)

- 1^{er} Jean-Claude DENIZ (L'Eure)
- 2^{ème} Marcel CHARDRON (VIP) à 2'19"
- 3^{ème} Bruno LEJEUNE (Courir pour la Seine Maritime à 30"
- 4^{ème} Jean-Claude THIENNARD (Sports Loisirs Aliermontais) à 2'
- 5^{ème} Franck TRIFFAULT (Maine et Loire) à 40"
- 6^{ème} Nadine MAIRE (Les Pétillants champenois) à 40"
- 7^{ème} Christian GUERINIER (Courir pour la vie) à 1'10"

Col du Donan (718 m)

- 1^{er} Gwaenael COURVALLET (L'Eure)
- 2^{ème} Bruno LEJEUNE (Courir pour la Seine Maritime) à 30"
- 3^{ème} VIP à 50"
- 4^{ème} Maine et Loire à 35"
- 5^{ème} ASLA à 35"

Monument du Struthof

- 1^{er} L'Eure
- 2^{ème} VIP à 12"
- 3^{ème} Seine Maritime à 8'40"
- 4^{ème} ASLA à 21'48"

Mont Ste Odile

- 1^{er} VIP
- 2^{ème} L'Eure à 5'31"
- 3^{ème} Seine Maritime à 10'56"
- 4^{ème} ASLA à '45'52"
- 5^{ème} Maine et Loire à 53'14"
- 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 1h 07'38"

Très agréable accueil à la demi étape de **Badonviller** où la municipalité a réservé aux coureurs une arrivée festive.

De même, **Barr** ville étape de cette 4^{ème} journée nous a reçu très amicalement.



Kouglof et vin d'Alsace à Barr

Le maire, M. Gilbert SCHOLLY nous a invité à revenir dans sa commune et s'est engagé cette fois-ci à financer le repas du soir. Il était accompagné de

M. WISSEMER son adjoint,

M. HAUCK Président fédéral de la Boulangerie du Bas-Rhin et

M. SITTLER Président de la Corporation des Boulangers de Sélestat.



Produits énergétiques pour coureurs

LA FRANCE EN COURANT adresse ses vifs remerciements à LA BOULANGERIE pour l'aide apportée au financement du repas dans la ville de Barr.

ECHOS :

André Voiriot, chronométreur officiel de la FFA a constaté que les chauffeurs utilisaient à bon escient les K10 qui leur ont été confiés.

Bravo à eux !

Il nous fait savoir aussi que sur l'étape d'avant-hier, entre Belleville et Bras sur Meuse la route porte le nom de « Route du Président », celle-ci ayant été empruntée à chaque venue d'un Président de la République.

Michaël BOUCHEMIT

De nombreux coureurs le connaissent déjà et d'autres l'ont rencontré pour la première fois sur cette 19^{ème} édition.

Michaël réside à Montpellier. Il a participé 3 fois à LA FRANCE EN COURANT avec l'Amicale Hérault Athlétisme en 2001, avec Courir à Fabrègues en 2003 et avec la Ligue contre le cancer de l'Hérault en 2005.

Chaque fois, ses qualités humaines et sportives ont été remarquées et sa gentillesse a été reconnue par tous les coureurs et l'encadrement.



Michaël Bouchemit

Coutumier des podiums en Languedoc-Roussillon, sa meilleure performance sur marathon est de 2h 24'15". Elle a été réalisée en 2001 au marathon du Mont St Michel.



Place de l'Hôtel de Ville à Barr

RESULTATS

Classement de l'étape Pont à Mousson - Barr :

- 1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
12h15'13" 15,750 Km/h
 - 2^{ème} L'Eure à 8'54"
 - 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 51'39"
 - 4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 2h07'20"
 - 5^{ème} Maine et Loire à 2h25'04"
 - 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 2h43'17"
 - 7^{ème} Courir pour la vie courir pour Curie à 3h25'56"
- Courir pour Charente Maritime
Les Authentiques

Classement général :

- 1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
50h14'05" 15,547 Km/h
 - 2^{ème} L'Eure à 23'53"
 - 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 2h37'39"
 - 4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 7h06'03"
 - 5^{ème} Maine et Loire à 8h18'42"
 - 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 8h46'33"
 - 7^{ème} Courir pour la vie courir pour Curie à 12h49'31"
- Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Bon rétablissement à Pierre HOUSSAYE qui a été victime d'un coup de chaleur.

AVEC CETTE CHALEUR, IL EST RECOMMANDE DE BOIRE 2 LITRES D'EAU PAR JOUR. BIEN SE PROTEGER DU SOLEIL EN PORTANT UNE CASQUETTE SUR LA TETE ;

★ AUJOURD'HUI

5^{ème} étape : Barr (67) - DELLE (90)

Distance : 192 Km

Départements traversés : Bas-Rhin, Haut-Rhin, Vosges, Territoire de Belfort.

Départ à 7 Km de Barr, près de Itterswiller. Il est 2h 30.

Après 21,5 Km de course, les relayeurs passent du Bas-Rhin au Haut-Rhin en franchissant le Col de Fouchy (603 m).



Col de Fouchy

De ce col, les lumières de Lièpvre étincellent. Nous sommes dans le

Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges.

Par une route parallèle à la N 59 nous arrivons à Ste Marie-aux-Mines.

Gros coup de collier pour franchir les Cols des **Bagenelles**, du **Bonhomme**, du **Louchbach**, du **Calvaire** et de la **Schlucht** dans les Vosges, respectivement à 903 m, 949 m, 978 m, 1134 m et 1139 m.

Retour dans le département du Haut-Rhin avec encore deux autres cols à grimper : ceux du **Herrenberg** (1186 m) et d' **Hanenbrunnen** (1180 m).



Col de Herrenberg

Avant d'arriver à **Lautenbach**, nous longeons le Lac de La Lauch et voici **Rouffach** qui nous reçoit en demi étape. Petite ville proche de Colmar qui présente un intéressant centre historique.

64,5 Km restent à couvrir (et à courir) pour mettre fin à cette 5^{ème} étape.

Passage à **Gundolsheim**, **Feldkirch**, **Wittelsheim** et ses mines de potasse.



Wittelsheim et ses mines

Nous contournons Mulhouse par l'ouest pour nous diriger au sud sur **Galfingue**.

Le canal du Rhône au Rhin sépare **Balschwiller** et **Hagenbach**.



Hagenbach

Il reste 10 Km avant d'entrer dans le Territoire de Belfort, le plus petit des départements français (609 Km²).

Passage dans une zone lacustre où nous traversons les bourgades de **Chavannes les Grands**, **Vellescot** et **Boron**. Arrivée à **Delle** où nous avons déjà fait demi étape en 2005.



☀ DEMAIN

6^{ème} étape : Delle (90) - Villers-le-Lac (25)

Distance : 188 Km

Départements traversés : Territoire de Belfort, Doubs.

Départ de **Delle** en direction de **St Dizier l'Evêque** et d'**Abbévillers** dans le département du Doubs où nous parcourons 175 Km.

A **St Hippolyte**, nous suivrons la vallée du Doubs jusqu'à **Glère**.



Vallée du Doubs

Par une route verdoyante, les coureurs traverseront **Trévillers** avant d'atteindre l'unique col de la journée, le col de la **Vierge** (964 m).

Au cœur du Pays horloger, **Le Russey** sera la demi étape de cette journée.

La deuxième partie de la course longue de 77 Km nous fera découvrir les différents aspects de la Franche Comté, avec notamment de beaux paysages champêtres où l'élevage bovin est roi. La production de lait est transformée en comté par les différentes coopératives fromagères.

Passage à **Grandfontaine**, **Longemaison**, **Ouhans** et les célèbres sources de la Loue.



Vers Longemaison

Enfin, arrivée à **Villers-le-Lac**



Pierre RIOU, Président de la Société VIP et ses collaborateurs

🍴 LE PAIN ET SES RECETTES

Pain d'épices : Ingrédients pour 8 personnes : 250 g de farine, 200g de miel liquide, 50 g de sucre roux, 10 cl de crème liquide, 1 sachet de levure, 1 sachet de sucre vanillé, ½ cuiller à café de mélange 4 épices : gingembre, cannelle, girofle, muscade, ½ cuiller à café d'anis en grains (anis vert).



Dans un robot, mélangez tous les ingrédients. Beurrer un moule et y verser le mélange. Faire cuire au four th.6 (170°) pendant 45 mn environ. Une petite boule de glace à la vanille se mariera très bien avec le pain d'épices.

Le pain partenaire officiel du sportif



😊 MOMENT DE DETENTE

Oui, fraîcheur et chaleur sont synonymes.

Exemple à la boulangerie :

- Donnez-moi un pain bien frais.
- En voici un qui est tout chaud

JEUX DE MOTS



Quand un cordier cordant doit accorder sa corde, pour sa corde

accorder six cordons il accorde. Mais si l'un des cordons décorde, le cordon décordé fait décorder la corde que, le cordier cordant avait mal accordée.

COUREUR ILLUSTRE

Paavo NURMI : Finlandais. Né en 1897 + en 1973

Palmarès 1921 - 1928

Champion Olympique 1500 m en 1924

Champion Olympique du 5000 m en 1924

Champion Olympique du 10000 m en 1920 et 1928



Records :

1500 m : 3' 53"

2000 m : 5' 24" 6

3000 m : 8' 20" 4

5000 m : 14' 28" 2

Heure : 19 Km 210

20 Km : 1h 04' 38"

Né dans une famille humble, suite au décès précoce de son père, Nurmi travaille à 15 ans dans une filature avant d'être enthousiasmé par la victoire de Kolhemainen en 1912 devant Jean Bouin. Il décide alors de consacrer 2 heures quotidiennes à l'entraînement. Il adopte sans doute par mesure d'économie un

strict régime végétarien. C'est à l'armée que ses qualités de coureur sont découvertes. Lorsqu'il en sort, une bourse lui est attribuée grâce à laquelle il sortira diplômé de l'école industrielle d'Helsinki. Nurmi était un tacticien et un technicien hors pair de la course à pied. Grâce à des chronographes et des chronomètres qu'il portait souvent avec lui lors de ses exploits, Nurmi était passé maître dans l'art du rythme de course et de la science du train. En 1932, il sera interdit de compétition à vie par le CIO pour non-respect du statut d'amateur. Il obtiendra une éclatante revanche en 1952, en portant la flamme olympique. Extrait du discours funèbre de Nurmi par le Président finlandais en 1973 : «*Nurmi était un homme de caractère, têtu, franc, tenace, incroyablement dur* » Toutefois, Nurmi lui-même disait qu'il était fragile sur le plan moral. Il l'était réellement et c'est pourquoi il faut l'admirer encore plus car c'était un homme. Surnom : Le finlandais volant ou la machine qui court.



🌸 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌸

VILLE (67) : 250 m - 1743 habitants. Cité de caractère au cœur de la nature, blottie aux confluents des 2 Giessen d'Urbeis

et de Steige. Fête du pain le 13.05.2007.



Une course une nuit d'été 8,9 Km 14.08.07

STE MARIE AUX MINES (68) :



375 m - 5816 habitants. Mines d'argent exploitées du temps des romains. L'exploitation s'est poursuivie jusqu'au 20^è siècle. Musée de la mine.

COL DE LA SCHLUCHT (88) :

1139 m - Il fait communiquer les vallées lorraines de la Meurthe et de la Vologne avec la vallée alsacienne de la Fecht.



Passage de la Route des Crêtes pendant la 1^{ère} guerre mondiale. Domaine skiable.

LAUTENBACH (68) : 353 m - 1572 habitants. Collégiale du 12^{ème}, remarquable mobilier baroque. Tilleuls dont un a probablement été planté à la Révolution française de 1848.

WESTHALTEN (68) : 220 m - 816 habitants. Village viticole au cœur de la Vallée Noble dans le Parc Naturel Régional des Ballons des Vosges.

ROUFFACH (68) :

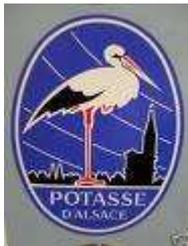


205 m - 4499 habitants. Eglise Notre Dame 11^{ème}/14^{ème} remaniée 19^{ème}. Château d'Isenbourg 19^{ème}. Musée du Baillage dans l'ancienne halle aux blés (1544). Tour des

sorcières 13^{ème}/15^{ème} : nids de cigognes. Route des vins d'Alsace.

RAEDERSHEIM (68) : 228 m - 976 habitants. Porte 1712, rue de la Chapelle. Eglise Saints-Prix-et-Amarin, néo-romane 1882. Vue sur la vallée de Guebwiller.

WITTELSHEIM (68) : 265 m - 10297 habitants. Fontaine de la Berrichonne, par Cacheux. Bâtiment 16^{ème} de la bibliothèque municipale. Marais du Rothmoos.



Mines de potasse d'Alsace.



Course de la Ste Barbe
10 Km - 25.11.07

BALSCHWILLER (68) : 280 m - 773 habitants. Eglise St Morand 1848 endommagée en 1915. Mont des Oliviers à côté de l'église. Vallée de la Largue.

DANNEMARIE (68) : 315 m - 2008 habitants. Double viaduc 1855, plusieurs fois détruit (1870, 1914, 1944).



Canal du Rhône au Rhin. Fabrique de tuiles.



Foulées de Dannemarie 11Km
18.11.07.

ROMAGNY (68) : 360 m - 188 habitants. Maisons à colombage. Eglise St Florent 19^{ème}.

VELLESCOT (90) : 365 m - 166 habitants. Village essentiellement agricole.

DELLE (90) :



368 m - 6746 habitants. Vestiges du château médiéval. Maison des Cariatides 1571. Eglise St Léger 16^{ème}/19^{ème}. Spécialité : les cailloux des remparts, délicieuses compositions pralinées à l'orange. Jacques Santini, entraîneur de football, est né à Delle le 25.04.1952.



Claude, Rémi, Gérard et Mathieu point Barr

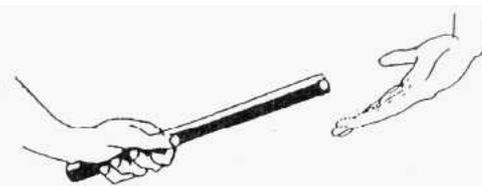


Les « VIP » se liguent à cette noble cause

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Je connaissais un sportif qui prétendait avoir plus de ressort que sa montre. Pour le prouver, il a fait la course sans sa montre. - Raymond Devos

HIER, SALE TEMPS POUR LES COUREURS

Sur l'étape d'hier, 8 cols étaient au programme, le plus élevé étant celui du Herrenberg (1186 m).

Le petit déjeuner de Micheline ne fut pas du tout un calvaire même si celui-ci eut lieu au Col portant le même nom.



Nadine Maire au cœur des Vosges

Cependant, la fraîche température du lieu n'engagea pas les concurrents à y rester trop longtemps.

Demi étape à Rouffach (Haut-Rhin) avec un accueil chaleureux de la ville représentée par

Mme Nadine BOLLI adjointe au maire, M. Simon MEYER adjoint et M. Romain SIRY, Président de la section athlétisme de Rouffach.

Des coureurs du Grand Fond de Mulhouse ont effectué le parcours de la demi étape entre Rouffach et Delle. Ils étaient soutenus par la ville de Wittelsheim et Alkich Immobilier. Bravo pour cette performance, et peut-être décideront-ils à se présenter l'année prochaine sur la ligne de départ de la 20^{ème} édition ?



Rouffach : sur la ligne de départ

Nous avons eu grand plaisir de revoir à Rouffach Eric MILLET et son épouse. Eric a participé 10 fois à LA FRANCE EN COURANT.

TEMPS DE PASSAGE AUX COLS VOSGIENS

Col de Fouchy (299 m)

- 1^{er} Seine Maritime
- 2^{ème} Maine et Loire à 3'38"
- 3^{ème} SLA à 6'58"
- 4^{ème} Les Pétillants Champenois à 7'38"
- 5^{ème} Courir pour la vie à 13'38"

Col du Calvaire (1134 m)

- 1^{er} Seine Maritime
- 2^{ème} VIP à 8'
- 3^{ème} Maine et Loire à 10'03"
- 4^{ème} SLA à 13'16"
- 5^{ème} Les Pétillants Champenois à 18'02"
- 6^{ème} L'Eure à 19'19"
- 7^{ème} Courir pour la vie à 38'29"

Col de la Schlucht (1139 m)

- 1^{er} Seine Maritime
- 2^{ème} VIP à 5'30"
- 3^{ème} Maine et Loire à 11'50"
- 4^{ème} L'Eure à 13'30"
- 5^{ème} SLA à 15'10"
- 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 22'20"

Merci à la commune de Wittelsheim de nous avoir offert un ravitaillement copieux et bravo pour le logo de la FRANCE EN COURANT sérigraphié au dos des tee-shirts portés par les bénévoles. De même l'encadrement de l'épreuve a apprécié le choix du préau de l'école pour déjeuner en toute tranquillité.

ERRATUM : Témoin n° 153

A la demi étape de Badonviller du 18 juillet 2007, c'est l'équipe de l'Eure qui devançait celle de VIP de 52 secondes et non le contraire.

Avec nos excuses pour cette coquille.

ANECDOTES :

Le véhicule de Patricia VALOGNES et Daniel MATTARD est tombé en panne. A cela rien d'extraordinaire même si ce n'est jamais très agréable de se trouver dans cette situation.

Lors de la réparation, Patricia a appris ce qu'était une durit.

La France EN COURANT n'est-elle pas un puits de connaissance ?

DROIT DE REPONSE

Suite à l'article du Témoin n° 152 Topium écoute sur son MP3 de la musique Zen . . . et surtout, elle cherche ses écouteurs noirs à pompon rouge égarés depuis un certain temps.

Si vous les trouvez, merci de les remettre au Point Info.

Nanie CHARRIER

Il n'y a pas incompatibilité à soulager la jambe d'un coureur et la patte d'un animal.

Jean-Paul GALLARD, notre kiné a prouvé ses capacités comme vétérinaire en soignant la patte de Nanie, la petite chienne de Danièle et André CHARRIER



RESULTATS

Etape BARR - DELLE du
19 juillet

Classement de l'étape :

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
14h06'40" 13,535 Km/h
2^{ème} L'Eure à 20'29"
3^{ème} Maine et Loire à 21'50"

4^{ème} Courir pour la Seine Maritime
à 27'24"

5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
38'06"

6^{ème} Les Pétillants Champenois à
50'36"

7^{ème} Courir pour la vie courir pour
Curie à 2h23'07"

Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques



L'équipe S.L.A. arrive à Delle

Classement général :

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
64h20'45" 15,106 Km/h
2^{ème} L'Eure à 44'22"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime
à 3h05'03"
4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
7h44'09"
5^{ème} Maine et Loire à 8h40'32"
6^{ème} Les Pétillants Champenois à
9h37è09"
7^{ème} Courir pour la vie courir pour
pour Curie à 15h12'38"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques.



AUJOURD'HUI

6^{ème} étape : Delle (90) -
Villers-le-Lac (25)
Distance : 188 Km

Départements traversés :
Territoire de Belfort, Doubs.

9 petits Km dans le Territoire de Belfort et nous passons dans le Doubs tout en suivant de près la frontière franco-suisse.

A Croix, la commune française la plus éloignée de la mer il fait nuit, dommage car nous ne distinguons pas très bien le puits à balancier se trouvant au centre du village.

Passage à Abbévillers, Blamont, Chamesol. Nous sommes dans l'aire de production du comté.



C'est un fromage au lait cru à pâte pressée cuite. La durée moyenne d'affinage d'une meule de comté est de 8 mois. Une meule pèse 40 Kg. 450 l. de lait sont nécessaires pour la fabriquer. AOC depuis 1958.

De St Hippolyte à Glère, nous parcourons la vallée du Doubs et bifurquons sur Indevillers et Trévillers. Magnifique point de vue sur la Corniche de Goumois avant de franchir l'unique difficulté de la journée : le Col de la Vierge à 964 m.

Les relayeurs gagnent ensuite Damprichard célèbre pour ses pistes de ski (alpin et nordique) ainsi que pour son économie liée à l'horlogerie.

Demi étape à Le Russey où en raison de l'altitude, la principale activité reste l'élevage bovin, le lait étant transformé en comté. La forêt est aussi une ressource importante pour la commune.

La 2^{ème} demi étape nous conduit à Luisans et par le Col de Tounet nous atteignons Gilley,

Montbenoit. En suivant la vallée du Doubs, passage à **Hauterive-la-Fresse.**

Un léger fumet de saucisse ne laisse plus de doute, nous sommes bien à **Morteau.** Cette exquisite saucisse appelée également la « Belle de Morteau » se reconnaît à sa bague et à la cheville de bois qui en obstrue une extrémité.



Il reste 7 Km pour arriver à **Villers-le-Lac.**

Cette petite ville proche de la Suisse doit sa renommée à la superbe cascade du Saut du Doubs de 27 m. Site naturel classé de France. Musées de la montre et de la radio.



Villers-le-Lac

Le pain partenaire
officiel du sportif



DEMAIN

7^{ème} étape : Villers-le-Lac (25) - Publier (74)

Distance : 191 Km

Départements et Pays traversés : Doubs, Suisse, Haute-Savoie.



Nos amis helvétiques verront passer LA FRANCE EN COURANT dans leur pays sur un parcours de 160 Km. Les coureurs seront subjugués par des panoramas de cartes postales comme ceux d'**Yverdon, Gruyères, Château d'Oex, le Col des Mosses, Aigle.** Retour en France pour parcourir 22 Km à travers la Haute-Savoie en passant par **St Gingolph, Evian** avec une arrivée à **Publier.**



Evian-les-Bains

LE PAIN ET SES RECETTES

Gâteau de pain - Ingrédients : $\frac{1}{2}$ baguette rassise, $\frac{1}{2}$ litre de lait, $\frac{1}{3}$ bâton de vanille, 100 g de sucre, 50 g de raisins, 1 petit verre de rhum. (On peut aussi mettre à la place des raisins et du rhum des morceaux de chocolat et des noisettes, de la noix de coco, des amandes et des noix, etc.).

Faire gonfler la $\frac{1}{2}$ baguette coupée en bouts dans le lait bouillant vanillé et l'écraser à la fourchette. Incorporer à ce mélange, les œufs, le sucre, les raisins gonflés dans le rhum. Faire cuire 30 mn à four moyen (200°C) dans un plat beurré.

MOMENT DE DETENTE

Métaphores autour du pain :

Travailler durement, c'est **gagner son pain** à la sueur de son front. Et chacun d'espérer alors que personne ne viendra **vous ôter le pain de la bouche.** Avoir beaucoup de travail devant soi, c'est **avoir du pain sur la planche.**

JEUX DE MOTS

Six jeunes gens juchés sur six chaises chuchotaient ceci : sage chasseur au front chauve, au sang chaud, aux yeux chassieux, sachez chasser le chat chauve qui se cache dans la niche, souche de sauge séchée.



COUREUR ILLUSTRE

Alain MIMOUN : Né le **01.01.1921**

Palmarès : 1956

Champion Olympique du marathon

Record : 2h25'



Durant les escales et pendant que ses compatriotes jouent aux cartes, Mimoun s'entraîne sur un stade joutant l'aéroport de Los Angeles. A Melbourne, la chaleur est étouffante,

Mimoun décide alors de s'entraîner la nuit en cachette pour que ses futurs adversaires n'évaluent pas l'excellence de sa

condition physique. La veille de la course, il apprend la naissance de sa fille qu'il appellera Olympe. Avant ce

marathon, qui était aussi son premier, Mimoun était dans l'ombre de Zatopek et donc souvent second.

🌿 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌿

CROIX (90) : 610 m - 143 habitants. C'est la commune la plus éloignée de la mer en France.



Château d'eau en forme de croix.
Eglise St Nicolas 20^{ème}. Puits communaux à balancier.

GLAY (25) : 410 m - 320 habitants. Village de vallée. Moulins à eau. Eglise 18^{ème}.

CHAMESOL (25) : 730 m - 333 habitants.



Ruines du château fort : un des rares châteaux de la région établi devant une grotte. Il fut détruit par les hommes de Louis XIV (1674) après la conquête de la Franche-Comté par la France.

VAUFREY (25) : 408 m - 164 habitants. Beau village avec fontaine et pressoir à cidre. Production de comté.

TREVILLERS (25) : 775 m - 454 habitants. Anciennes fontaines. Chapelle du Mont 16^{ème}. Production de comté, saucisses, jambons et viandes fumées.

FESSEVILLERS (25) : 850 m - 140 habitants. Village perché. Fermes comtoises.

Point de vue de la Corniche de Goumois sur les gorges du Doubs.

DAMPRICHARD (25) : 825 m - 1818 habitants. Eglise 18^{ème}. Trou Berthod ou gouffre de Roichenot.



Le Tour du Plateau 10 et 15 Km - 02.09.2007.

LE RUSSEY (25) : 870 m - 2043 habitants.



L'activité principale est l'élevage bovin, le lait est transformé en comté par la coopérative fromagère.

A Pentecôte, fête des Gentianes.

GILLEY (25) : 868 m - 1277 habitants. Belles fermes comtoises. Eglise 17^{ème}/18^{ème}. Production de fromage de gruyère.



HAUTERIVE LA FRESSE (25) : 890 m - 145 habitants. Village dominant la Vallée du Doubs. Ferme comtoise à « Tué ».

GRAND COMBE CHATELEU (25) : 757 m - 1296 habitants. Commune du Val de Morteau. Eglise 1679. Ferme musée du Beugnon (17^è).

Mont Châteleu (1300 m), panorama sur la Suisse et la vallée du Doubs.

MORTEAU (25) : 750 m - 6799 habitants. La ville s'enorgueillit de deux belles maisons : le Château de Pertusier (1576) et l'actuelle mairie (1590). Musée de l'horlogerie. Spécialité : saucisse de Morteau.



Le Meix - Meusy, Tout droit contre la montre 5 Km. 14.10.07



Morteau

VILLERS-LE LAC (25) : 859 m - 4311 habitants. Petite ville du Pays Horloger qui fait face à la Suisse. Saut du Doubs. Musées de la Montre et de la Radio.

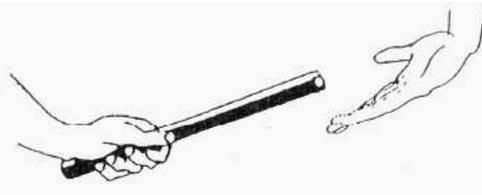


Saut du Doubs

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Faire route à pied par beau temps, dans un beau pays, sans être pressé, et avoir pour terme de ma course un objet agréable : voilà de toutes les manières de vivre celle qui est le plus à mon goût. - Jean-Jacques Rousseau -

UNE ETAPE PAR MONTS ET PAR VAUX OÙ L'EURE ET V.I.P Endurance 72 Adidas TERMINENT MAIN DANS LA MAIN A VILLERS LE LAC

La quasi-totalité de l'étape DELLE - VILLERS LE LAC s'est déroulée dans le Doubs.

Sur la première demi étape, belle remontée des Pétillants Champenois sur le Maine et Loire (+ de 40').

Sur la deuxième demi étape, lutte intense entre VIP et L'Eure qui se concrétise par une différence de 1'40" au sommet de Hauterive la Fresse.

Ces deux équipes ont franchi ensemble la ligne d'arrivée à Villers le Lac.

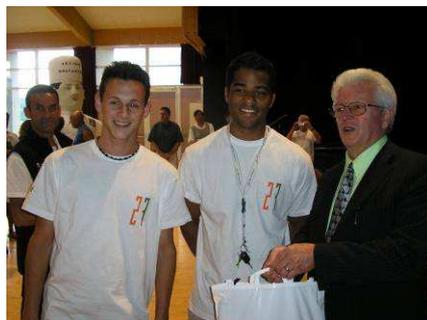


VIP et L'Eure en compagnie de Roland Vuilleminot

Très bon accueil à la demi étape du RUSSEY (Doubs).

Après la défection de la ville de Pontarlier, c'est celle de VILLERS LE LAC qui, dans la foulée a accepté de nous recevoir.

Nous remercions très vivement son maire M. BOURGEOIS et l'ensemble de la municipalité ainsi que M. VIENNET, Président des Boulangers du département du Doubs et de la Région Franche Comté qui ont contribué au succès de cette belle soirée.



Sébastien et Mathieu offrent un souvenir au maire de Villers-le-Lac

Un grand merci à M. Philippe ROCHAT, Président du Spiridon Suisse qui nous a facilité la tâche pour traverser les cantons de Vaud, de Fribourg et du Valais.

POINTS DE CHRONOMETRAGE

Col de la Vierge

1^{er} Philippe Thommeret - VIP
2^{ème} Zahia JORY - L'Eure à 2'07"
3^{ème} Jacky BOUTEILLER - Courir pour la Seine Maritime à 9'53"

Km 121

1^{er} L'Eure
2^{ème} VIP à 45"
3^{ème} Seine Maritime à 4'
4^{ème} Les Pétillants Champenois à 7'
5^{ème} Maine et Loire à 7'40"
6^{ème} ASLA à 9'
7^{ème} Courir pour la vie à 18'

Km 131

1^{er} L'Eure
2^{ème} VIP à 1'
3^{ème} Seine Maritime à 9'
4^{ème} Maine et Loire à 13'
5^{ème} Les Pétillants Champenois à 15'
6^{ème} ASLA à 19'50"
7^{ème} Courir pour la vie à 30'30"

Km 146

1^{er} L'Eure
2^{ème} VIP à 2'40"
3^{ème} Seine Maritime à 16'
4^{ème} Maine et Loire à 24'50"
5^{ème} Les Pétillants Champenois à 28'
6^{ème} ASLA à 34'40"

Km 166

1^{er} et 2^{ème} VIP et L'Eure
3^{ème} Seine Maritime à 25'40"

**Etape DELLE - VILLERS LE LAC****Classement étape :**

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
12h51'59" 14,923 Km/h
2^{ème} L'Eure à 8'49"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime
à 1h17'28"
4^{ème} Les Pétillants Champenois à
1h54'14"
5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
2h01'19"
6^{ème} Maine et Loire à 2h29'38"
7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 3h46'20"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Classement général

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
76h42'44" 15,174 Km/h
2^{ème} L'Eure à 53'11"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime
à 4h52'31"
4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
10h15'28"
5^{ème} Maine et Loire à 11h40'10"
6^{ème} Les Pétillants Champenois à
12h01'23"
7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 19h28'58"
Courir pour Charente Maritime
Les Authentiques

RESPECT DES TENUES

Il est souhaitable que vous respectiez le port de votre tenue que ce soit sur la route comme lors de la remise des prix. Il y va de la bonne image de LA FRANCE EN COURANT mais aussi de l'honnêteté vis vis-à-vis de vos sponsors.

UNE FAMILLE BIEN SYMPATHIQUE :

Celle de Marcel GUERINEAU (équipe VIP Endurance 72 Adidas)

qui a décidé de venir vivre ce Tour 2007.

Le vivre pas seulement en spectateur mais comme acteur, notamment **Ronan** et **Manon** qui apportent leur aide au fléchage du parcours avec Christian et Roger. Félicitations à toute cette sympathique famille.



Non, Momo n'a jamais été l'ombre de lui-même

L' EQUIPE DU JOUR**COURIR POUR LA VIE
COURIR POUR CURIE****Christian GUERINIER**

13^{ème} participation à la FEC. Grand marcheur, vainqueur des 200 Km Rouen, Dijon, Vallorbe ...

Il fait du tir à l'arc avec un bon niveau et encadre et entraîne des jeunes. Très rigoureux, il ne se prend jamais au sérieux.

Sylvette MOUCHARD

15^{ème} participation à la FEC. Elle aime la randonnée. Toujours volontaire elle est prête à rendre service dans la discrétion. Sapeur pompier volontaire.

Irène MAZIER

9^{ème} participation à la FEC pour cette équipe et uniquement celle-ci pour tout ce que représente cette cause. Sous des airs timides, elle adore faire le pitre et mettre en boîte les siens.

Elle tire à la carabine et à l'arbalète et a participé au championnat de France en 2005. pour confirmer son score.

Jacques de ROQUEFEUIL

10 participations à la FEC. Grand marcheur. En 2006 a gravi 2 sommets de 6900 m en Argentine et au Chili. Il voyage beaucoup dans le désert (Algérie, Niger, Maroc.

100 Km en 8h08. Course de 6 jours, courses étapes avec André Sourdon dont 13 marathons en 13 jours, notamment en Russie.

Jean-Luc NOUGAROU

Participation à la FEC dans l'équipe de l'Eure en 2005.

Jeune retraité depuis début mai 2007. Responsable de vie associative (directeur de colonies de vacances et centres de loisirs pour jeunes qui ne partent pas en vacances). Elu du personnel lorsqu'il était en activité. Prévoit le marathon de La Rochelle en fin d'année.

Thierry BESNARD

Aime la lecture, la reliure, la chasse, le jardin (la nature en général) et la politique. Il est conseiller municipal de Blainville sur Orne et président de l'USMB (course à pied) de cette même commune.

Patrick MAZINGUE

Son 1^{er} sport était la course à pied. Après un intermède de 25 ans en basket et autant comme joueur qu'entraîneur, il revient à la course à pied non pour la performance mais pour le confort et le plaisir que lui apporte la course à pied.

Yannick CHAUVEAU

Sous des airs calmes, c'est un véritable volcan. Après avoir caressé l'espoir d'une carrière pro en football, il s'est tourné vers la course à pied voici 11 ans suite à un pari. Il progresse régulièrement sans négliger les plaisirs de la vie. Un rêve : le marathon de NEW YORK.

★ AUJOURD'HUI

7^{ème} étape : Pontarlier (25) - Publier (74)

Distance : 191 Km

Départements et Pays traversés : Doubs, Suisse, Haute-Savoie.

2h 30, la nuit a été encore courte, le départ ayant été donné à 7 Km de Pontarlier.

Demi-heure après, les coureurs passent la frontière franco-suisse pour entrer dans le canton de Vaud. A **Ste Croix**, village du Jura Vaudois débute ce périple helvétique. La nuit ne permet pas aux coureurs d'apprécier la route entaillée dans des gorges étroites conduisant à **Yverdon-les-Bains**, station thermale en bordure du lac de Neuchâtel.



Ce lac fut particulièrement apprécié par Jean-Jacques Rousseau, il le compare au lac Léman dans « Les Rêveries du promeneur solitaire » (1782).



Ce que Patrick, notre accordéoniste, aimera sûrement, c'est le vin rosé produit sur les coteaux du lac portant le joli nom d' « Œil de Perdrix »



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération

Le jour se lève lorsque nous nous dirigeons vers **Donneloye**, **Thierrens** et **Moudon**.

Nous quittons le canton de Vaud pour arriver dans celui de Fribourg avec les agglomérations de **Romont**, **Mézières**, **Bulle**, cette dernière localité étant le chef lieu du district de la Gruyère.



Gruyères : son château qui est parmi les plus prestigieux en Suisse domine majestueusement la cité médiévale.

Peu de temps nous est imparti pour déguster le délicieux fromage ; nous rejoignons

Château-d'Oex dans le canton de Vaud en longeant la Sarine et le lac de Lessoc. Les premiers arrivés feront une halte de 2 heures à **Château-d'Oex** avant de repartir pour la 2^{ème} demi étape.

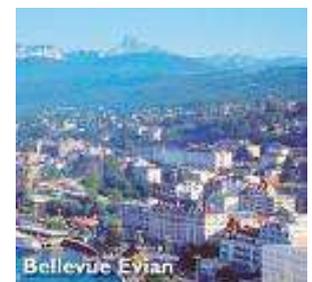


C'est par la vallée de l'Étivaz que nous accédons au **Col des Mosses** (1445 m) situé au cœur des Alpes vaudoises dans un magnifique décor propice à de nombreux sports. Poursuite de notre route vers **Le Sépey** et **Aigle**.



Le passage dans cette dernière ville donne des ailes à nos coureurs se dirigeant à présent à **Vionnaz** dans le canton du Valais. Nous rentrons en France au village franco-suisse de **St Gingolph** en bordure du **Lac Léman**.

Jusqu'à **Evian-les-Bains** et **Publier**, la route longe le lac offrant des vues superbes sur les environs.



Evian

Publier nous accueille cette après-midi dans le département de la Haute-Savoie.

En ce moment, plus de 150
connexions journalières sur
internet concernant LA FRANCE
EN COURANT

Roland VUILLEMENOT

Bienvenue à Roland, qui nous a
rendu visite à Glère (Doubs) lors
du petit déjeuner.

Son palmarès est
impressionnant :

5 fois champion de France
100 Km (1991-92-93-95-96)
Champion du monde 1990 à
Duluth (U.S.A.)



Meilleur temps sur 100 Km :
6h30'35" record du monde
vétérane.

Vainqueur du Spartathlon
(Athènes - Sparte) en 1996
246 Km en 26 h. Le seul français
ayant gagné cette épreuve.

Roland VUILLEMENOT est
Directeur de la revue « Ultra
Marathon France ».

LA PLUS JEUNE

Anne Lise ROCHER 27 ans
Equipe Courir pour la Charente
Maritime

LE PLUS JEUNE

Maxime BOURSIER 23 ans
Equipe Sports Loisirs Aliermontais

☀ DEMAIN

8^{ème} étape : Publier (74) -
Bessans (73)

Distance : 183,5 Km

Départements traversés :
Haute-Savoie, Savoie.

Longue étape de transition de
54 Km déplaçant le point de
départ pour cette 8^{ème} étape à
Pontchy sur la D12. (A voir où se
trouve réellement Pontchy sur la
carte. Introuvable pour moi)

Passage au Petit Bornand - les
Glières pour voir pointer le jour à

La Clusaz, village de carte postale
au pied du massif des Aravis.



Commence à partir de là une suite
de franchissement de cols à peine
atténués par la demi étape de
Bourg Saint Maurice. C'est ainsi
que les coureurs se « feront » les
mollets sur les pentes des cols
des Saisies (1650 m), de
Méraillet (1605 m), du Cormet de
Roselend (1967 m) et de l'Iseran
(2764 m). La descente longue de
15 Km sur Bonneval-sur-Arc (un
des plus beaux villages de France)
sera en cette fin de parcours très
éprouvante. Mais très vite la
récompense sera là avec l'arrivée
à Bessans dans le Parc National
de la Vanoise.

SOYEZ PRUDENTS !

La nuit, restez près de votre
coureur, celui-ci devant porter
la ceinture fluo. Respectez le
code de la route, ne stationnez
pas sur la chaussée vous ou vos
véhicules

🍴 LE PAIN ET SES
RECETTES

Le massépain - Ingrédients :
6 œufs, 6 cuillerées de sucre en
poudre, 7 cuillerées de farine, 2
paquets de sucre vanillé, un peu
de sucre glace.



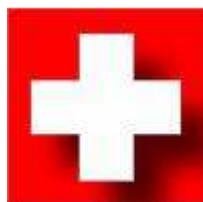
Séparer les jaunes des blancs.
Battre les jaunes au fouet 5 à 6
minutes avec le sucre. Ajouter la
farine avec une cuillerée à café
de levure chimique petit à petit,
puis un paquet de sucre vanillé.
Battre les blancs en neige très
ferme. Mélanger le tout sans trop
casser les blancs. Préchauffer le
four thermostat 5 (188°) le
temps de la préparation. Cuire à
four doux (thermostat 5) de 45 à
55 mn. Démouler et saupoudrer
du deuxième paquet de sucre
vanillé et de sucre glace.

😊 MOMENT DE DETENTE



Comment appelle-t-on un nain qui
sort d'une boulangerie avec une
baguette ?
- Un agenda . . . car c'est un petit
qu'à le pain.

🌿 AH QUE LA SUISSE ET LA FRANCE SONT BELLES ! 🌿



SUISSE

YVERDON LES BAINS - Canton de Vaud - Suisse : 433 m - 24000 habitants. En bordure du lac de Neuchâtel. C'est à ses bains thermaux que la ville doit surtout sa notoriété. Traitement des affections rhumatismales.



Château savoyard du 13^{ème}. Temple et Hôtel de Ville du 18^{ème}. Musée suisse de la mode. Les statues-menhir de Clendy.

LAC DE NEUCHÂTEL



Il est avec une surface de 217,8 Km² le plus grand lac entièrement suisse. Bordé par les cantons de Vaud, Neuchâtel, Berne et Fribourg, il fait 38,3 Km de long et a une largeur maximale de 8,2 Km. Sa profondeur maximale est de 152 m.

MOUDON - Canton de Vaud - Suisse : 514 m - 4362 habitants. Bourg médiéval. Château de Carrouge et les anciennes prisons.

ROMONT - Canton de Fribourg - Suisse : 720 m - 4271 habitants.



Centre suisse du vitrail. Abbaye cistercienne de la Fille-Dieu. Ville située sur la route de St Jacques de Compostelle.

BULLE - Canton de Fribourg - Suisse : 770 m - 16300 habitants. Cité des goûts et terroirs. Eglise St Pierre aux Liens. Hôtel des Trois-Couronnes, ancienne halle couverte.

GRUYERES - Canton de Fribourg Suisse : 802 m - 1556 habitants.



Située dans le paysage verdoyant des Préalpes fribourgeoises. Château médiéval. Eglise dédiée à St Théodule. Musée « La Maison de Gruyères », fabrication et histoire du fromage.

Spécialité gastronomique : fondue moitié-moitié (fromage de gruyère, vacherin fribourgeois).



De nombreuses personnes confondent le gruyère et l'emmental, or si ce dernier a des trous, ce n'est pas le cas pour le gruyère.

CHATEAU D'OEX - Canton de Vaud - Suisse : 970 m - 3089 habitants. Musée du Vieux Pays-d'Enhaut (collection de découpages, bibliographie). L'Estambeau (Maison du 17^{ème} abritant une collection de moyens de transport en montagne).



La ville de Château d'Oex est connue dans le monde pour ses rencontres de ballons à air chaud. Eglise catholique (1936). Temple réformé érigé en « église forte » 14^{ème}.

COL DES MOSSES (1445 m) - Canton de Vaud - Suisse : la route du col a été construite en 1868.



Montée maximale 10%. Ligne de partage des eaux Rhin - Rhône.

AIGLE - Canton de Vaud - Suisse : 415 m - 815 habitants. Son château du 12^{ème} en plein vignoble du Chablais abrite le musée vaudois de la vigne et du vin. Le musée international de l'étiquette se trouve dans la Maison de la Dîme. Capitale mondiale du cyclisme (siège de l'Union Cycliste Internationale).

LE BOUVERET - Canton du Valais Suisse : 387 m - 2500 habitants. Sa plage, ses parcs de loisirs. En 1906 déjà, dans la Gazette du Valais, on pouvait lire : « Le Bouveret dispute la palme de l'élégance à sa sœur aînée Evian ».



Course pédestre des 2 lacs (Le Bouveret - Taney)

LAC LEMAN - Le plus grand lac d'Europe. En forme de croissant, le rivage nord et les deux extrémités sont suisses, le rivage sud est français. La frontière passe au milieu du lac.



Le Léman est traversé d'est en ouest par le Rhône. Longueur maximale : 72,8 Km - Largeur maximale : 13,8 Km - Superficie : 582,4 Km² (324 Km² en France, 348,4 Km² en Suisse) - Volume : 83 Km³ - Altitude 372 m - Profondeur maximale 309,7 m.

ST GINGOLPH (74) : 393 m - 667 habitants. Village franco-suisse. Musée des traditions et des barques du Léman. Site du Lacun au bord du lac. Gingolph est le Saint-Patron des maris trompés.

EVIAN LES BAINS (74) : 374 m 7528 habitants.



Exploitation des sources thermales depuis les 19^{ème} siècle. Ancienne buvette Cachat 1903. En 1826, les ducs de Savoie accordent la 1^{ère} autorisation officielle d'embouteillage. Il se fait alors en cruche de terre.

Maisons 14^{ème}/15^{ème}. L'Hôtel de Ville est l'ancien hôtel des Frères Lumière 1885. Casino 1912. Eglise de l'Assomption 13^{ème}/15^{ème} remaniée 1865. Ville fleurie 4 fleurs.

PUBLIER (74) : 390 m - 5889 habitants. Réserve naturelle du delta de la Dranse classée depuis le 17 janvier 1984.



Adossée au massif des Pré-Alpes du Chablais, la commune jouit d'une implantation en amphithéâtre en bordure du lac.

Relais entre Véronique Guenin et Maxime Boursier



Christophe Morvan et Jean-Pascal Hébert

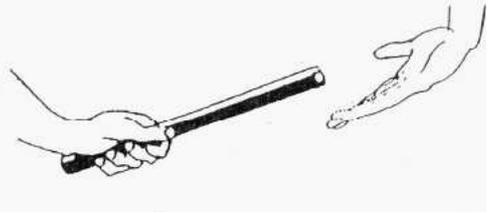


Laurence Fricotteaux donne ses impressions sur la FEC

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Quelle merveilleuse différence, sur le visage de l'athlète vaincu, entre la sueur et les pleurs.

EN PAYS HELVETE, LES COUREURS TUTOIENT LES PREMIERES PENTES ALPINES

7^{ème} Etape - 21 juillet 2007

160 Km à travers les cantons de Vaud, du Valais et de Fribourg ont été les prémices à de rudes batailles sur les grands cols alpins de ces deux journées.



J. Claude Deniz en Suisse

Chaque demi étape de la journée d'hier a été remportée par le département de l'Eure avec des marges chronométriques infimes sur VIP Endurance 72 Adidas : 8" le matin et 1'41" l'après midi. Au classement général VIP Endurance 72 Adidas est toujours leader.

La municipalité de Publier a bien fait les choses : chaque équipe s'est vue remettre un magnifique panier garni composé de chocolats, d'un assortiment de gâteaux fins, d'une bouteille de Côte du Rhône rouge 2005, « Héritage Caves des Papes » et d'une bouteille de vin blanc de Savoie, domaine de Villy.



Franck Simon arrive au Château d'Oex (Suisse)

La municipalité était représentée par M. Gaston LACROIX maire de la commune et marathonien, M. André LAPERROUSAZ 1^{er} adjoint et M. Pascal GUYON adjoint au tourisme.

Impressionné par la qualité de notre épreuve et les performances réalisées par les coureurs, Monsieur le Maire a conclu son discours en précisant que l'amitié liait les coureurs.

POINT DE CHRONOMETRAGE

Col des Mosses (1445 m)

- 1^{er} Zahia JORY - L'Eure
- 2^{ème} Gwenaëlle CHARDRON - VIP à 1'19"
- 3^{ème} Guy GRICOURT - Seine Maritime à 5'32"
- 4^{ème} Christophe MORVAN - Charente Maritime à 8'18"

- 5^{ème} Claudine BONNIER - Maine et Loire à 8'44"
- 6^{ème} Nicolas GAMELIN - ASLA à 8'53"
- 7^{ème} William PALMEN - Les Pétillants Champenois à 10'30"
- 8^{ème} Irène MAZIER - Courir pour la Vie à 12'50"



Sylvette MOUCHARD
15^{ème} participation à LA FRANCE EN COURANT

RESULTATS

ETAPE VILLERS LE LAC - PUBLIER

Classement de l'étape :

- 1^{er} L'Eure 12h48'10" 15,231 Km/h
- 2^{ème} VIP Endurance 72 Adidas à 1'49"
- 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 1h20'29"

4^{ème} Maine et Loire à 1h54'34"
 5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 2h05'09"
 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 2h15'36"
 7^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie à 3h17'09"
 Courir pour la Charente Maritime
 Les Authentiques

Classement général

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
 89h32'43" 15,177 Km /h
 2^{ème} L'Eure à 55'22"
 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 6h11'11"
 4^{ème} Sports Loisir Aliermontais à 12h18'48"
 5^{ème} Maine et Loire à 13h32'55"
 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 14h15'10"
 7^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie à 23h44'18"
 Courir pour la Charente Maritime
 Les Authentiques

L' EQUIPE DU JOUR

V.I.P. Endurance 72 Adidas



Dominique CHAUVELIER, porte drapeau de l'équipe nationale des JO de Barcelone en 1992. Quadruple champion de France de marathon, participe pour la 6^{ème} fois à la FRANCE EN COURANT. Meilleure performance sur marathon : 2h 11' 24" (Milan 1989)

Laurence FRICOTTEAUX vice championne d'Europe des 100 Km en 2006 en 7h45'. Vainqueur au Marathon des Sables en 2007 2h 47' au marathon.

Hamid BELHAJ 2h 24' au marathon

Marcel GUERINEAU
 Marathon, niveau 3 heures

Eric MORICEAU
 Marathon, niveau 2h50'

Martial CHARDRON
 Marathon, niveau 2h55'

Philippe THOMMERET
 Marathon, niveau 2h 50'

Gwenaëlle CHARDRON
 Marathon en 2h55' à Nantes en 2006.

* * * * *

Sylvain GUILLOUET, Capitaine du « 3 pour l'Aude » en 2005 et 2006 adresse son bonjour et son amitié à tous les coureurs et à l'encadrement de LA FRANCE EN COURANT. Il sera présent à la 20^{ème} édition avec une nouvelle équipe du 3^{ème} RPIMA de Carcassonne.

* * * * *

HEUREUX EVENEMENT :

Alain et Dominique SIMONET sont à nouveau grands-parents d'une petite Candice née le 20 juillet 2007. Sincères félicitations.

★ AUJOURD'HUI

8^{ème} étape : **Publier (74) - Bessans (74)**

Distance : 183,5 Km

Départements traversés : **Haute-Savoie, Savoie.**

Partis à 3h 15 de **Pontchy**, les coureurs gagnent **Le Petit Bornand les Glières**, village

savoyard au cœur de la Haute-Savoie. Passage dans les gorges impétueuses de La Borne et arrivée dans un beau petit coin des Aravis : **St Jean de Sixt.**



A **La Clusaz**, les relayeurs commencent à voir le jour avant de gravir les pentes des Aravis le long d'un ruisseau portant le nom curieux de « Le Nom » ! Premier col de la journée, celui des **Aravis** à 1486 m. Descente sur **Flumet** par les gorges de l'Aronde.

Notre Dame de Bellecombe, station village aux Portes du Mont-blanc, protège les coureurs avant d'affronter les autres difficultés de la journée et des jours à venir.



Notre Dame de Bellecombe

Arrivée au **Col des Saisies**, site privilégié à 1650 m d'altitude, face au Mont-Blanc. Le panorama grandiose que vous contemplez de la station restera gravé dans votre mémoire.



La descente sur **Beaufort** offre des points de vue remarquables. Une dégustation du « prince des gruyères » s'impose dans la capitale du beaufortain avant d'arpenter le **Col de Mérailet** (1605 m) et le **Cornet de Roselend** (1967 m).



Par une longue descente de 21 Km le long du torrent des Glaciers, nous arrivons à **Bourg St Maurice** pour un repos des coureurs bien mérité.

Deuxième demi étape marquée par l'ascension du **Col de l'Iseran** à 2764 m, **point culminant de LA FRANCE EN COURANT 2007**.

Auparavant, la route conduit les relayeurs à **Ste Foy Tarentaise** et en suivant l'Isère, nous accédons au **Barrage de Tignes** jouxtant le Lac du Chevril.



Barrage de Tignes

Arrivée à **Val d'Isère**, haut lieu du Parc National de la Vanoise.

En 2002, l'étape partait de Tignes et les coureurs passaient de nuit au **Col de l'Iseran** dans des conditions dantesques : pluie, vent et brouillard. Aujourd'hui, le passage au col se situe en fin de

journée ce qui n'enlève en rien à la difficulté du parcours, bien au contraire.



Nous rejoignons **Bonneval sur Arc**, (Un des plus beaux villages de France) par les Gorges de la Lenta.

En suivant les rives de l'Arc, la route conduit les coureurs à **Bessans**, la cité du « Diable » qui devrait nous réserver un accueil angélique.

★ **DEMAIN**

9^{ème} étape : Bessans (73) -La Mure (38)

Distance : 190 Km

Départements traversés : Savoie, Hautes-Alpes, Isère.

Troisième grande étape de montagne de ce Tour. Départ décalé de 10 Km fixé à **Lanslevillard**. Passage à **Termignon** où nous avons fait étape en 2005.



A **Modane**, la vallée de l'Arc s'agrandit et l'on découvrira un paysage de montagnes majestueuses.

Avant d'arriver à **Valloire**, il faudra franchir le **Col du Télégraphe** (1566 m) et ensuite

« avaler » les 18 Km de grimpe jusqu'au **Col du Galibier** (2646m). Environnement grandiose de haute montagne, émerveillement garanti.



Route du Télégraphe

588 m sous le **Galibier**, passage au **Col du Lautaret** (2058 m) et arrivée à **La Grave** demi étape du jour.

Par la Combe de Malaval et le barrage du Chambon nous atteindrons l'**Alpe d'Huez** dénommée « L'Ile au Soleil ». C'est par les célèbres 21 lacets que nous arriverons à **Bourg d'Oisans**, entrée du domaine sauvage et préservé du Parc National des Ecrins.



Le Bourg d'Oisans

Le **Col d'Ornon** (1371 m) constituera l'ultime difficulté de la journée avant d'accéder à **La Mure**, ville située en moyenne montagne.

🍴 **LE PAIN ET SES RECETTES**

Petits pains aux morilles :
Ingrédients pour 4 personnes : 50 g de morilles sèches, 2 échalotes, 4 petits pains campagnards, 40 cl

de crème fraîche, 80 g de comté, 2 cuil. De persil ciselé, 5 cl de madère ou porto, 30 g de beurre.



Versez les morilles dans une jatte, couvrez-les d'eau tiède, laissez-les se réhydrater 2h. Egouttez-les, puis rincez-les dans une passoire pour en éliminer toute trace de terre. Enfin, séchez-les dans un linge. Coupez le comté en lamelles. Préchauffez le four à Th6 (180°). Découpez un chapeau aux petits pains, retirez la mie. Dans une poêle, faites revenir les échalotes hachées dans le beurre chaud pendant 5 mn.



Ajoutez les morilles et remuez-les 5 mn. Arrosez les morilles de madère ou de porto. Laissez réduire presque à sec. Ajoutez la crème fraîche, du sel et du poivre du moulin. Laissez mijoter. Faites réduire la sauce. Ajoutez le persil ciselé. Répartissez les morilles et la sauce dans les pains. Par dessus, éparpillez les lamelles de comté. Remettez les chapeaux en place et alignez les pains dans un plat. Passez-les au four 10 mn. Servez aussitôt.



MOMENT DE DETENTE

Acheter quelque chose pour une somme dérisoire, c'est l'avoir pour une bouchée de pain.

Si des objets se vendent bien, ils se vendent comme des petits pains.

Le pain partenaire officiel du sportif



JEUX DE MOTS

Pie niche haut, l'oie niche bas, mais où l'hibou niche, l'hibou niche ni haut ni bas car l'hibou niche pas.



COUREUR ILLUSTRE

Ron CLARKE :

Australien né en 1937

Palmarès 1963 - 1968

Recordman du monde sur 5000m et 10000 m à de nombreuses reprises.

Records :

5000 m : 13' 16" 6

10000 m : 27' 39" 4

20 Km : 59' 22"

Heure : 20 Km 232



Meilleur temps mondial junior sur le mile, Clarke manifeste très tôt des dons éclatants pour l'athlétisme, et chose très rare, il confirmera malgré un arrêt prolongé de la pratique sportive. En effet, en 1957 il se détourne brusquement de la course à pied, fonde un foyer et se consacre à ses études. En 1961, il se laisse convaincre par quelques amis de reprendre l'entraînement. D'abord pour le plaisir puis, peu à peu, dans un esprit compétitif. Clarke était dépourvu de vitesse terminale, ce qui lui coûtera quelques victoires importantes. Si Clarke a battu de nombreux records du monde, il n'a jamais été champion olympique. En 1968, une défaillance à l'issue d'une course le terrasse. Il faudra de longues minutes pour le ranimer. Clarke disait que la course à pied était autant un combat contre lui-même que contre les autres.



🌿 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌿

LE PETIT BORNAND LES GLIERES (74) : 732 m - 879 habitants.



Musée départemental de la Résistance, mémorial de la déportation. Chalets de la Sarnia. Eglise 13^{ème}. François de Sales a été curé de la commune.

ST JEAN DE SIXT (74) : 960 m 1005 habitants. Un petit coin des Aravis. Ski et randonnées.

LA CLUSAZ (74) : 1039 m - 2056 habitants. Village de montagne au pied du Massif des Aravis.



Eglise Ste Foy 1974. Production de reblochon.



Asics Winter Trail 14 Km 03.03.07

Le Raid La Clusaz Altitude 70 Km par équipe de trois 07.07.07
Le Bélier 27 Km 26.08.07

COL DES ARAVIS (74) : 1487 m
Montée moyenne 7,5 %.



Chapelle Ste Anne. Le chalet du curé.

FLUMET (74) : 918 m - 776 habitants. Vieilles maisons à galeries de bois surplombant l'Arly. Pont de l'Abime.

COL DES SAISIES (73) : 1633m
Le nom de « Saisies » proviendrait de la perception des taxes diverses (taille, gabelle ...). Production de beaufort.

BEAUFORT SUR DORON (73) : 758 m - 2036 habitants. Capitale du Beaufortain.



Vieux bourg pittoresque. Fromageries. Mairie dans l'ancien château de Randens 15^{ème}. L'explorateur et écrivain Roger Frison Roche est issu d'une famille savoyarde originaire de Beaufort sur Doron.



La Roger Frison Roche 15 Km 14.07.07.

BOURG SAINT MAURICE (73) : 840 m - 6747 habitants. En bordure de l'Isère. Chapelle St Grat 15^{ème}.



Fête de l'edelweiss tous les ans au mois de juillet.

STE FOY TARENTOISE (73) : 1550 m - 681 habitants. Site classé du Monal : chalets montagnards 18^{ème}/19^{ème}. Eglise et chapelle du Miroir.

VAL D'ISERE (73) : 1849 m - 1660 habitants.



Eglise St Bernard de Menthon 15^{ème}/16^{ème} remaniée 17^{ème}. Abords nord du col de l'Iséran. Parc National de la Vanoise.



L'Iséran 13 Km 08.07.07



PARC NATIONAL DE LA VANOISE (73) : Premier parc national créé en France en 1963.

La principale raison de sa création est la disparition du bouquetin dans le Massif de la Vanoise.

107 sommets dépassant les 3000m. Le point culminant est la Pointe de la Grande Casse 3855 m
Faune : bouquetin, chamois, marmotte, aigle royal, gypaète barbu, hermine ...

Flore : edelweiss, chardon bleu, sabot de Vénus, mélèze ...

Superficie : 1250 Km²

COL DE L'ISERAN 2770 m

La route du col a été ouverte entre 1931 et 1937. Elle relie la Tarentaise à la Maurienne.



Montée maximale Val d'Isère 10,3 % - Bonneval sur Arc 11,1 %.
Au passage du col, un panorama de 360° avec le sommet franco-italien de la Tsanteleina en premier plan (3602 m).

BONNEVAL SUR ARC (73) :



1835 m - 245 habitants. Un des plus beaux villages de France. Village le plus haut perché de Maurienne. Eglise Notre Dame de l'Assomption 1860. Musée Exposition: espace, neige et montagne. Hameau ancien de l'Ecot.

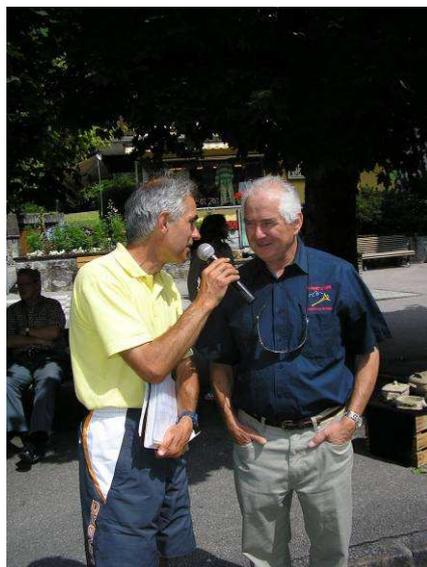
BESSANS (73) : 1742 m - 322 habitants.



Maisons 17^{ème}/18^{ème} aux toits de lauzes. Peinture murales extérieures (17^{ème}) sur la maison « morte ». Nombreuses chapelles et oratoires. Musée de l'habitat ancien. Légende du Diable de Bessans.



Thierry Besnard dans le Col des Mosses (Suisse)



M. Jean-Louis Blum, adjoint au maire du Château d'Oex



Départ de la 2^{ème} demi étape au Château d'Oex



Oh voleurs ! Ils ont chipé le repas à la Roulante



Non Dédé, tu n'es pas sur la ligne de départ !

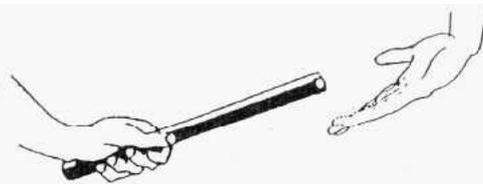


Cherchez l'intruse

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Le sport ne forge pas le caractère. Il le révèle. - Heywood Hale Broun -

BELLE RECEPTION A BESSANS

8^{ème} Etape - 22 juillet 2007

PUBLIER - BESSANS

5 grands cols alpins au programme de cette 8^{ème} journée : Les Aravis 1485 m - Les Saisies 1650 m - Mérillet 1605 m - Cormet de Roselend 1967 m et l'Iseran point culminant du Tour 2007 à 2764 m d'altitude.

Après le départ mouvementé de la nuit dernière, l'équipe de Courir pour la Seine Maritime a retrouvé un certain tonus pour passer en tête des 3 cols de la matinée.

Elle prend une belle 2^{ème} place à Bessans derrière l'équipe de l'Eure qui se rapproche de l'équipe VIP Endurance 72 Adidas au classement général.

La remise des prix a eu lieu en présence de M. FILLIOL René, maire de Bessans, M. DONDEY Thierry, directeur de l'Office de Tourisme.

Bob, le boulanger de Bessans et sa femme Véronique PERSONNAZ étaient présents à cette manifestation.



L'ensemble des coureurs a reçu un sac garni composé d'un pain artisanal, d'un opinel, de 2 tee-shirts, stylos, et documentation touristique sur Bessans. Chaque équipe s'est vue remettre 1,200 Kg de Beaufort.

LA France EN COURANT n'oubliera pas le chaleureux accueil que la commune de BESSANS nous a réservé.

ANECDOTE : Raymond AUPY, Bernard CHARBONNEAU et Bernard GOMBEZ ont à nouveau été attirés par la Suisse. Hier matin au départ de Publier, tous trois se sont trompés d'itinéraire et ont franchi le poste frontière à Genève.

LIGUE CONTRE LE CANCER

Le Comité local de la Maurienne représenté par le Docteur EVROUX (Présidente), Betty et Manon ont vendu des pâtisseries sur le village de LA FRANCE EN COURANT. Celles-ci ont été faites par des bénévoles de Bessans et de Termignon.

POINTS DE CHRONOMETRAGE

Col de St Jean de Sixt

1^{er} Philippe CATEL - V.I.P.

2^{ème} Gwenael COURVALLET - L'Eure

3^{ème} Sylvette MOUCHARD - Courir pour la vie à 2'37"

4^{ème} Franck SIMON - ASLA à 11'30

5^{ème} Brno KUPIAK - Les Pétillants Champenois à 13'25"

6^{ème} Anne Lise ROCHER - Charente Maritime à 13'48"

7^{ème} Philippe PAOLINI - Maine et Loire à 14'40"

8^{ème} Laurence FRICOTTEAUX - VIP à 32'54"



Jean-Pascal Hébert dévalant sur Bourg Saint Maurice

Col des Aravis

1^{er} Johan BEAUVAL - Seine Maritime

2^{ème} J.François HOMMET - Eure à 2'53"

3^{ème} Sylvette MOUCHARD - Courir pour la vie à 19'41"

4^{ème} J.François BOUGON - ASLA à 21'11"

5^{ème} Nadine MAIRE - Pétillants Champenois à 24'45"

6^{ème} Nezir MUZIC - Maine et Loire à 23'02

7^{ème} Hamid BELHAGE - à 35'08".

8^{ème} Philippe ORTSCHUIT - Charente Maritime à 36'31"

Col des Saisies

- 1^{er} Philippe Catel Seine Maritime
- 2^{ème} Zahia JORY L'Eure à 2'58"
- 3^{ème} Dominique Chauvelier- VIP à 38'
- 4^{ème} Bertrand BRINDEL - ASLA à 39'47
- 5^{ème} Alain SIMONET - Les Pétillants Champenois à 42'10"
- 6^{ème} Franck TRIFFAULT Maine et Loire à 44'38"
- 7^{ème} Sylvette MOUCHARD -Courir pour la vie à 1h00'18

Col de Méraillet

- 1^{er} Gwenael COURVALLET- L'Eure
- 2^{ème} Guy GRICOURT - Seine Maritime à 3'14
- 3^{ème} Gwenaëlle CHARDON - VIP à 43'

Col de l'Iseran

- 1^{er} Martial CHARDON - VIP
- 2^{ème} Gwenaëlle COURVALLET - L'Eure à 14'31"
- 3^{ème} Guy GRICOURT - Seine Maritime à 27'08"
- 4^{ème} Véronique GUENIN - ASLA à 39'12"
- 5^{ème} Jean-Marie ROCARD - Maine et Loire à 48'30"
- 6^{ème} William PALMEN - Les Pétillants Champenois à 52'26"
- 7^{ème} Yannick CHAUVEAU - Courir pour la vie à 1h08'58"

Un ravitaillement vous sera servi devant l'Office de Tourisme de Bourg d'Oisans (Km 144).
N'hésitez pas à vous y arrêter !

L'EQUIPE DU JOUR Courir pour la Seine Maritime



Guy GRICOURT

2^{ème} participation à la FEC.
(L'équipe a gagné en 2005)
Conducteur de travaux.
Marathon du Mont St Michel en 2h45

Mariline BENESTON

3^{ème} participation à la FEC avec une équipe entièrement féminine en 2000 et avec l'équipe vainqueur en 2005. Ouvrière garnissage.
Originaire de la Sarthe. Coureuse de grand fond 6000 D - 6h - 24h.
Championne de France 24 h. sur piste, distance parcourue 175 Km.

Philippe CATEL 3^{ème} participation à la FEC (1998 classé 2^{ème} - 2005 classé 1^{er}). Responsable production. 2h40 au marathon.

Jacky BOUTEILLER

2^{ème} participation à la FEC, en 2005 avec l'Aliermontoise.
Artisan transport. 9h36 aux 100 Km de Belvès.

Bruno LEJEUNE

2^{ème} participation à la FEC.
(L'équipe a gagné en 2005)
Auxiliaire vétérinaire. Marathon de New York en 2h57 - Trail des Templiers en 8h39.

Johan BEAUVAL

2^{ème} participation à la FEC (en 2006 avec Courir pour la vie).
Agent production. 34' aux 10 Km.
David GAIGNE 3^{ème} participation à la FEC (2003 avec Forges les

Eaux, 2005 avec Courir pour la Seine Maritime) Ouvrier d'usine. 2h45 au marathon du Mont St Michel.

Jean-Pascal HEBERT

5^{ème} participation à la FEC.
Tourneur-fraiseur.

L'équipe des PETILLANTS CHAMPENOIS souhaite à leur chauffeur Lulu un bon anniversaire de mariage (40 ans). Elle le remercie pour son dévouement ainsi que son épouse qui lui a accordé un « bon de sortie » pour 15 jours.

RESULTATS

ETAPE PUBLIER - BESSANS

Classement de l'étape :

- 1^{er} L'Eure 13h16'26" 13,824 Km/h
- 2^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 30'09"
- 3^{ème} VIP Endurance 72 Adidas à 31'01"
- 4^{ème} Sports Loisirs Aliermontois à 1h37'46"
- 5^{ème} Les Pétillants Champenois à 1h55'03"
- 6^{ème} Maine et Loire à 2h13'11"
- 7^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie à ,3h02'56"
Courir pour la Charente Maritime Les Authentiques

Classement général :

- 1^{er} VIP Endurance 72 Adidas 103h20'10" 14,927 Km/h.
- 2^{ème} L'Eure à 20'21"
- 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 6h10'19"
- 4^{ème} Sports Loisirs Aliermontois à 13h25'33"
- 5^{ème} Maine et Loire à 15h15'05"
- 6^{ème} Les Pétillants Champenois à 15h39'12"
- 7^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie à 25h16'13"
Courir pour la Charente Maritime Les Authentiques

Après St Nicolas d'Aliermont, Marianne Linant et Patrick Lefèvre du Club Mille Pattes de Romilly dans l'Eure sont venus nous dire bonjour au Château d'Oex. Ils sont actuellement en villégiature chez leur fille dans cette commune suisse.



La Tour ronde à St Michel de Maurienne



La Grave

. . . de même hier matin au Col des Saisies, Michèle et Yves Boivin ont eu la joie de voir leurs enfants Claire et Alban au petit déjeuner. Ils résident à Thônes en Haute-Savoie et ont semblé-t-il être enthousiasmé par l'organisation de LA FRANCE EN COURANT.

Le coureur le plus âgé :
Jean-Claude THIENNARD
60 ans - Sports Loisirs
Aliermontais

La plus âgée : Claude BONNIER
63 ans - Maine et Loire.

D'abord celui du **Télégraphe** (1566 m) dont Jacques Godet, organisateur historique du Tour de France cycliste affirmait qu'il « situait les vraies valeurs ». A l'origine de son nom, un relais du télégraphe optique de Chappe. Les relayeurs gagnent ensuite **Valloire**, village de charme au cœur du massif du Galibier construit autour de son église baroque. La route s'élève durement pour atteindre après 18 Km le col du **Galibier** (2646 m) magnifique belvédère sur le massif de la Meije, du Mont-blanc

Passage ensuite sous le tunnel du Grand Clot dans la vallée de la Romanche avant de longer le **Barrage du Chambon**. Remontée vers le nord en direction de **Clavans en Haut Oisans** et le **Col de Sarenne** (1999 m). **L'Alpe d'Huez** est un des passages incontournables du Tour de France cycliste, c'est aussi le nôtre cette année avec en prime les 21 lacets en épingles à cheveux conduisant à **Bourg d'Oisans**.

Irène MAZIER a fait étape à **L'Alpe d'Huez** lors de sa première participation à la FEC.

...

★ AUJOURD'HUI

9^{ème} étape : Bessans (73) - La Mure (38)

Distance : 190 Km

Départements traversés : Savoie, Hautes-Alpes, Isère.



Comme toutes les communes de Haute Maurienne, **Lanslevillard** et **Lanslebourg** sont les points de départ de nombreuses randonnées. Aujourd'hui, c'est à **Lanslevillard** qu'est tracée la ligne de départ de la 9^{ème} étape.

Traversée de **Modane** qui occupe une cuvette dans la vallée de l'Arc. Adossée au Parc National de la Vanoise, **St Michel de Maurienne** nous ouvre la porte des grands cols.



Col du Galibier

Changement de département et de région puisque après la Savoie en Rhône Alpes nous entrons dans les Hautes Alpes, région Provence Alpes Côte d'Azur.

Descente sur le **Col du Lautaret** (2058 m) pour arriver par **Villar d'Arêne** et à la demi étape de cette journée : **La Grave** : lieu d'exception avec la majestueuse « Reine Meije » et ses glaciers étincelants. **La Grave** compte parmi les plus beaux villages de France.



Dernier « coup de collier » de la journée avec le franchissement du **Col d'Ornon** (1371 m) où s'organise une petite station de ski. Longeant le ruisseau de Malsanne, la route conduit les coureurs à **Valbonnais** dans la pittoresque vallée de la Bonne.

Arrivée enfin à **La Mure**, étape principale sur la route Napoléon et cet après-midi ville étape de LA FRANCE EN COURANT.

La Mure est connue pour son chemin de fer touristique de 30 Km la reliant à St Georges de Commiers.

10^{ème} étape : La Mure (38) - Ambérieu en Bugey (01)
Distance : 194,5 Km

Départements traversés : Isère, Savoie, Ain.

Départ à 2h 30 pour la plus longue étape de ce tour (194,5 Km).

Les relayeurs s'élanceront pour cette 10^{ème} étape du **Col de Malissol** (1105 m). En suivant la Roizonne, nous arriverons à **Séchilienne**, mais par manque de temps, nous ne pourrons profiter d'une cure privilégiée à **Uriage les Bains**.



Uriage les Bains

Contournement de Grenoble par l'est pour parcourir ensemble de belles routes dans le Massif de la Chartreuse. C'est par les gorges du Guiers Mort que nous prendrons quelques moments de repos à **St Laurent du Pont** (Isère).

11 h. Départ de la 2^{ème} demi étape. Passage à **Entre-Deux-Guiers** pour entrer en Savoie aux **Echelles**.



Gorges du Guiers Mort

Les coureurs se déploieront ensuite dans les gorges de Chailles, passeront à

St Genix sur Guiers, franchiront le Rhône à St Didier et seront dans l'Ain dès Bregnier Cordon.



Jusqu'à Lagnieu, nous suivrons le Rhône fidèlement et finalement nous concluons cette étape à **Ambérieu en Bugey** en fin d'après midi.

🍴 LE PAIN ET SES RECETTES

Salades aux fagotins de pain

Tailler de petites allumettes dans 150 g de pain aux céréales et les faire dorer dans de l'huile d'olive. Réserver sur du papier absorbant et les mélanger à vos salades vertes, de tomates, d'endives ou composées. Pour une présentation plus amusante, vous pouvez les relier avec un brin de ciboulette dans une forêt de salade feuille de chêne ou frisée.

😊 MOMENT DE DETENTE

Pourquoi les belges mettent-ils un paratonnerre au-dessus des boulangeries ?
 Pour fabriquer des éclairs.



JEUX DE MOTS

Ces cyprès sont si loin qu'on ne sait si c'en sont.

COUREUR ILLUSTRE

Paul TERGAT :
Kényan né le 17.06.1969

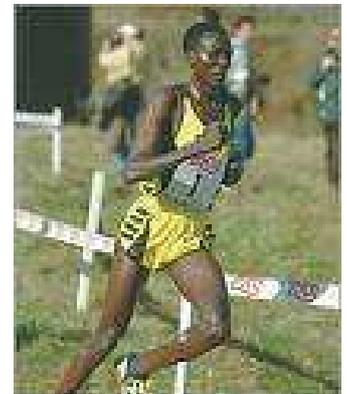
Il est le détenteur actuel des records du monde de semi marathon et marathon en 59'17" et 2h04'55" respectivement établis à Milan en 1998 et le 28.09.2003 à Berlin.

Palmarès :

J.O. d'été - médaille d'argent sur 10000 m aux J.O. à Sydney et aux J.O. 1996 à Atlanta.



Championnats du monde d'athlétisme - médaille d'argent sur 10000 m aux Championnats du monde d'athlétisme 1999 à Séville à ceux de 1997 à Athènes et une médaille de bronze à ceux de 1955 à Göteborg.



En janvier 2004, Tergat a été nommé « Ambassadeur contre la faim » du Programme Alimentaire Mondial. Lorsqu'il était enfant, il devait parcourir de nombreux kilomètres en courant pour se rendre à l'école, sans avoir à manger, avant que son école ne devienne l'une des nombreuses à bénéficier du programme de déjeuner quotidien gratuit du PAM.

🌿 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌿

LANSLEVILLARD (73) : 1500 m
435 habitants. Eglise St Michel
18^{ème}, très beau mobilier de l'art
baroque savoyard.

LANSLEBOURG (73) : 1399 m -
659 habitants.



Tunnel du Mont Cenis, le plus long
de France (13,567 Km). Musée de
la Vanoise.

MODANE (73) : 1067 m - 3834
habitants.



Première gare ferroviaire
française pour le trafic
international. La ville est le
débouché français du tunnel du
Fréjus. La Rizerie des Alpes :
temple grec au milieu de la ville, au
bord de l'Arc. Fort du Replaton.



Trail Terra Modéna 43 Km
22.07.07

Cross du Replaton 8 Km le 13.10.07

**ST MICHEL DE MAURIENNE
(73)** : 711 m - 2714 habitants.
Place de la Croix Blanche. La Tour
Ronde 1287.



Le Tour de Ville 8 Km le
29.09.07

VALLOIRE (73) : 1430 m - 1300
habitants.



Au pied du Galibier. Entre Parc
National de la Vanoise et Parc des

Ecrins, Valloire est une belle
station bâtie autour de son église
de style baroque savoyard du
17^{ème}.



COL DU GALIBIER (73) : 2646m
Monument Henri Desgranges,
instigateur du Tour de France
cycliste en 1903. Le col relie
St Michel de Maurienne à
Briançon. Montée maximale 12,1 %



COL DU LAUTARET (05) :
2058 m. Point de passage entre
l'Oisans et le Briançonnais. Jardin
botanique alpin. Montée maximale
9,2 %.

LA GRAVE (05) : 1520 m - 516
habitants. Parc National des
Ecrins. Un des plus beaux villages
de France. Belles maisons alpines.



Hameaux du Chazelet et des
Terrasses. Site de la Meije. Vue

sur les glaciers et une trentaine de
sommets de plus de 3000 m.

**PARC NATIONAL DES ECRINS
(05 et 38)** : Créé en 1973, d'une
superficie de 91800 ha, il compte
100 sommets à plus de 3000 m et
une quarantaine de glaciers.
La Meije 3983 m, le Pelvoux
3946 m. La Barre des Ecrins est
le point culminant du Parc 4101 m.

ALPE D'HUEZ (38) : 1860 m -
1700 habitants.



Le Tour de France cycliste a
connu sa première arrivée ici en
1952 avec une victoire de Fausto
Coppi.

Plus longue piste noire de ski
d'Europe qui descend de 3300 m à
1500 m.

Eglise Notre Dame des neiges
avec son architecture en forme
de tente. Grotte de glace à
2700 m.

BOURG D'OISANS (38) : 890 m
3060 habitants. Eglise St
Laurent 1825. Musée des
minéraux et de la faune des
Alpes ; Village traversé par la
Romanche.



La Bourcate 9,8 Km le
07.10.07

COL D'ORNON (38) : 1367 m



Relie Bourg d'Oisans au nord à
Entraigues au sud. Montée
maximale 8,4 %.

LA MURE (38) : 890 m - 5190 habitants. Au cœur de la Matheysine. Eglise romane. Château de Beaumont 15^{ème}.



Chemin de fer touristique. Musée Matheysin. Site minier souterrain.



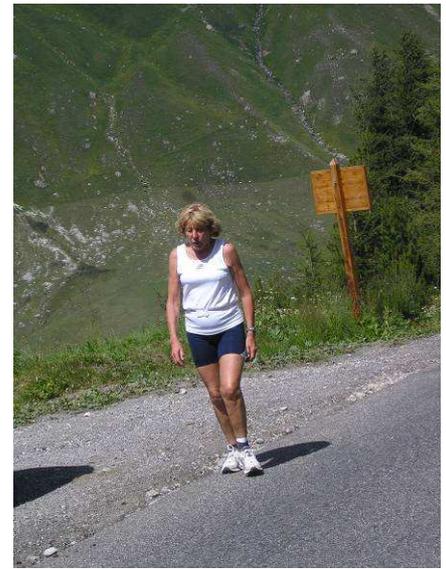
Guy Gricourt atteint le Col de l'Iseran 2764 m



Belle foulée de Dominique Simonnet



La cantine s'installe à l'entrée de Val d'Isère



Claude Bonnier fait preuve d'un courage exemplaire

Nadine Maire arrive à Val d'Isère



Premiers lacets du Col de l'Iseran



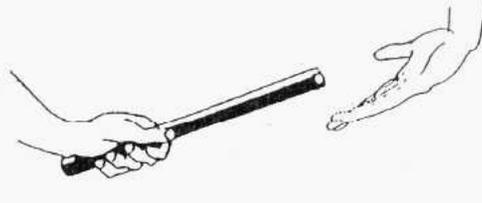
Maxime Boursier suivi de près par le Rossignol du Marais Vernier



Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



L'essentiel n'est pas d'avoir vaincu, mais de s'être bien battu. - Pierre de Coubertin -

A L'ISSUE D'UNE RUDE ETAPE V.I.P. GAGNE A LA MURE

9^{ème} Etape - 23 juillet 2007

BESSANS - LA MURE

A nouveau 5 grands cols au programme de cette étape :
Télégraphe 1566 m, Galibier 2646 m, Lautaret 2058 m, Sarenne 1999 m, Ornon 1371 m.



Relais dans le Galibier entre
Jean-François Bougon et
Bertrand Brindel

L'équipe de l'Eure a tenté d'aiguillonner l'équipe VIP Endurance 72 Adidas dans cette ultime étape de grande montagne mais celle-ci eut raison des vaillants eurois.

VIP a passé en tête les 3 cols de la journée dont le mythique Galibier.

Pour « pimenter » cette 9^{ème} étape, le col de Sarenne n'a pas été oublié ; ses pentes n'ont rien à envier à celles du Seigneur des Alpes cité plus haut.

Parmi les personnalités présentes à la remise des prix, nous devons citer :

M. Fabrice MARCHIOL, maire de La Mure, docteur Michel BONNIO, adjoint aux sports, M ; Francis COTTE, président des boulangers de l'Isère et M. Gérard ODDOS, ancien Président de la boulangerie des Hautes-Alpes.

POINTS DE CHRONOMETRAGE

Col du Télégraphe 1566 m



- 1^{er} Jean-Claude DENIZ - Eure
- 2^{ème} Dominique CHAUVELIER - VIP à 2'30"
- 3^{ème} Johan BEAUVAL - Seine Maritime à 26'
- 4^{ème} Nezir MUJIC - Maine et Loire à 41'
- 5^{ème} Bertrand BRINDEL - ASLA à 43'
- 6^{ème} Nadine MAIRE - Les Pétillants Champenois à 47'

Col du Galibier 2646 m

- 1^{er} Laurence FRICOTTEAUX VIP
- 2^{ème} Zahia JORY - L'Eure
- 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime

Col de Sarenne 1999 m

- 1^{er} Philippe THOMMERET - VIP
- 2^{ème} Gwenael COURVALLET à 3'02"
- 3^{ème} Jean-Luc NOUGAROU Courir pour la vie à 4'21"
- 4^{ème} Jacky BOUTEILLER - Seine Maritime à 13'01"
- 5^{ème} Pascal PRUD'HOMME - Maine et Loire à 14'34"
- 6^{ème} Abdel YAHIAOUI - Les Pétillants Champenois à 16'58"
- 7^{ème} Bruno MANGARD - ASLA à 20'48"

Passage à Bourg d'Oisans

- 1^{er} Hamid BELHAJ - VIP
- 2^{ème} Bertin TACITE L'Eure à 14'
- 3^{ème} Marilyne BENESTON - Seine Maritime à 13'37"

Col d'Ornon 1371 m

- 1^{er} Hamid BELHAJ - VIP
- 2^{ème} Guy BESNARD - L'Eure à 9'30"
- 3^{ème} Johan BEAUVAL - Seine Maritime à 20'21"
- 4^{ème} Sylvette MOUCHARD - Courir pour la vie à 34'49"
- 5^{ème} Philippe PAOLINI - Maine et Loire à 36'22"
- 6^{ème} Jean-François BOUGON - ASLA à 46'33"
- 7^{ème} Nadine MAIRE - Les Pétillants Champenois à 50'25"

ANECDOTE

Véronique GUENIN (ASLA) n'est pas venue les mains vides à la FEC : pas moins de 8 sacs paraît-il, de quoi organiser au sein de son équipe une « course aux sacs » en marge de la vraie course !

REPAS D'ARRIVEE

La ligne d'arrivée approche.
Samedi soir, elle sera franchie.
Si des membres de votre famille
ou des amis souhaitent
participer au dîner à Bernay,
inscrivez les au près d'Isabelle
Sourdon, ce soir au plus tard.

Prix du repas 20 €



Jacques de Roquefeuil sur les pentes du Galibier



RESULTATS

ETAPE BESSANS - LA MURE

Classement de l'étape :

- 1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
13h21'24" 14,225 Km/h
- 2^{ème} L'Eure à 15'37"
- 3^{ème} Courir pour la Seine
Maritime à 1h14'20"
- 4^{ème} Maine et Loire à 2h04'12"
- 5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais
à 2h17'06"

6^{ème} Les Pétillants Champenois à
2h42'42"

7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 3h18'42"

Courir pour Charente Maritime
Les Authentiques

Classement général

- 1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
116h41'34" 14,847 Km/h
- 2^{ème} L'Eure à 35'58"
- 3^{ème} Courir pour la Seine Maritime
à 7h24'39"
- 4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
15h42'39"
- 5^{ème} Maine et Loire à 17h19'17"
- 6^{ème} Les Pétillants Champenois à
18h 21'54"
- 7^{ème} Courir pour la vie, courir
pour Curie à 28h34' 55" soit
Courir pour la Charente Maritime,
Les Authentiques



L'EQUIPE DU JOUR Sports Loisirs Aliermontais



Bruno MANGARD (Capitaine)

3^{ème} participation à la FEC 2005
et 2006. Ouvrier d'usine. 3h14 au
marathon.

Véronique GUENIN

1^{ère} participation à la FEC.
Professeur des écoles. Elle nous
vient de l'équipe des Pétillants
Champenois. Sa gentillesse est à
la hauteur de son courage.

Jean-François BOUGON

2^{ème} participation à la FEC, 2005
avec l'Aliermontaise. Opérateur
polyvalent

Maxime BOURSIER

2^{ème} participation : 2006. Etudiant
en architecture.

Bertrand BRENDEL

6^{ème} participation : 2000, 2001,
2002, 2003 et 2005. Mécanicien
entretien.

Nicolas GAMELIN

1^{ère} participation à la FEC.
Chauffeur-livreur. 3h30 au
marathon de Reims.

Franck SIMON

2^{ème} participation à la FEC : 2005
Responsable métrologie.

Jean-Claude THIENARD

1^{ère} participation à la FEC.
Retraité. 3h12 au marathon de La
Rochelle.

Un ravitaillement soigné a été
installé devant l'Office de
Tourisme de Bourg d'Oisans.
Nous le devons à Mme
FOURNIER, directrice de
l'Office de Tourisme de Bourg
d'Oisans et à Mme CROSASSO.
Qu'elles en soient remerciées.



★ AUJOURD'HUI

10^{ème} étape : La Mure (38) - Ambérieu en Bugey (01)

Distance : 194,5 Km

Départements traversés : Isère, Savoie, Ain.

Départ du **Col de Malissol** à 8 Km de **La Mure**, le point le plus au Sud de ce Tour et le plus éloigné de **Bernay**. La course se dirige vers le Nord. Passage à **Séchilienne** située dans les gorges de la Romanche et à **St Martin d'Uriage** proche de Grenoble.



Environs de Séchilienne

Aux **Thermes d'Uriage** on soigne notamment l'arthrose, les sciatiques, les lombalgies . . . Après avoir contourné la capitale dauphinoise, nous passons à **Domène**, franchissons l'Isère et à **St Ismier**, les coureurs abordent le seul col de la journée, celui du **Coq** à 1434 m. **Jean-Pierre GUILLAUME** pourrait prendre d'ici son envol pour planer au-dessus de ce splendide **Massif de la Chartreuse**, un territoire préservé et valorisé.



En aval de **St Pierre de Chartreuse (La Diat)**, nous nous fauflons dans les Gorges du Guiers Mort pour arriver après 83,5 Km de course à la demi étape : **St Laurent du Pont**. Ville

marquée le 1^{er} nombre 1970 par un incendie dans la discothèque nommée le « 5-7 » qui causa la mort de 146 personnes.



Mémorial du 5 - 7 à St Laurent du Pont

Faisant face à **Entre-Deux-Guiers**, le village des **Echelles** est un bourg étroit de l'Avant-pays savoyard. Poursuite de l'épreuve par les Gorges de Chailles nous conduisant à **St Genix sur Guiers** dont la spécialité est la brioche aux pralines fondantes.



A 3 Km de là, se trouve la commune d'**Aoste** fabriquant le jambon « Aoste » à ne pas confondre avec le jambon « d'Aoste » en Italie, qui bénéficie d'une appellation d'origine protégée.

Courte incursion en Isère et en même temps que nous franchissons le Rhône, nous entrons dans le département de l'Ain. Passage à **Bregnier Cordon** : Stendhal s'est inspiré d'Henriette de Cordon pour l'héroïne de son roman « Le Rouge et le Noir », Mathilde de La Mole.

L'étape se termine en suivant le Rhône jusqu'à **Lagnieu**. Arrivée à **Ambérieu en Bugey** par **Vaux en Bugey** et **Bettant**.



A noter que **Laure Manaudou**, notre championne de natation bardée de records mondiaux a fait partie, de 6 à 14 ans, du club de natation d' **Ambérieu en Bugey** où elle a passé son enfance.

★ DEMAIN

11^{ème} étape : Ambérieu en Bugey (01) - Marsannay la Côte (21)

Distance : 190 Km

Départements traversés : Ain, Saône et Loire, Côte d'Or.

2 Régions : Rhône-Alpes et Bourgogne au programme. 88 Km dans l'Ain, 59,5 Km en Saône et Loire et 42,5 Km en Côte d'Or.

Aucun col à gravir.

Départ d' **Ambérieu en Bugey** à 3 h. Passage à **Chalamont, Marlieux**, les étangs de la Dombes.



Traversée de **Vonnas**, village fleuri 4 fleurs. Nous contournerons **Macon** par l'est pour nous diriger sur **Pont de Vaux**, la Saône et Loire et la demi étape à **St Germain du Plain**, village situé au Sud de la Bourgogne et aux portes de la Bresse.



Pont de Vaux

Nous poursuivrons sur les routes bourguignonnes : **Abergement Ste Colombe, Damerey.** Franchissement de la Saône entre **Verjux** et **Gergy**. Nous suivrons les berges de la Saône jusqu'à **Allerey sur Saône**. Première commune rencontrée en Côte d'Or : **Chevigny en Valière**.



Passage à **Gerland** à l'orée de la Forêt de Cîteaux et à partir de **Nuits St Georges** nous suivrons avec délectation la Route des Grands crus de Bourgogne jusqu'à **Marsannay La Côte**, terme de cette 11^{ème} étape.

ERRATUM : Sur le Témoin N° 157 dans la rubrique « Coureur illustre » Paul Tergat, médaille d'argent sur 10 000 m aux Championnats du monde 1999 et non sur 100 000 m. Faut pas exagérer !

LE PAIN ET SES RECETTES

Tartines de pain d'orge aux tomates et à la féta :

Ingrédients : 12 tranches de pain d'orge, 4 tomates, 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive vierge, 12 olives noires à la grecque dénoyautées, 2 cuillerées à soupe d'origan frais haché, quelques feuilles de salade.

Râpez les tomates lavées au-dessus d'une jatte. Mélangez bien cette pulpe de manière à former une purée. Versez 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, remuez pour obtenir une préparation homogène. Ajoutez l'origan et mélangez bien le tout. Badigeonnez les 12 tartines d'huile d'olive. Disposez la purée de tomates sur les tartines. Ajoutez la féta grossièrement écrasée à la fourchette. Disposez sur un plat, sur un lit de verdure, et décorez chaque tartine d'une olive noire. Servez à l'apéritif ou bien en entrée.

MOMENT DE DETENTE

Avoir bon cœur, c'est être bon comme du bon pain, et être dépendant, c'est manger le pain des autres.

Le pain partenaire officiel du sportif



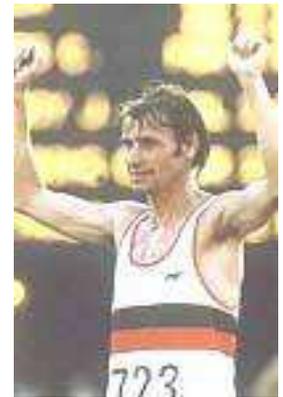
JEUX DE MOTS

Latte ôtée, mur gâté, trou s'y fit, rat s'y mit, chat l'y vit, chat l'y prit.



COUREUR ILLUSTRE

Carlos LOPEZ :
Portugais né le 18.02.1947
Palmarès : 1976 - 1985
Champion Olympique du marathon (1984)
Champion du monde de cross (1976, 1984, 1985)
Meilleure performance sur marathon (1985) 2h 07' 12"
Records :
1500 m : 3' 41" (1982)
3000 m : 7' 48" 8 (1976)
5000 m : 13' 16" 38 (1984)
10000 m 27' 17" 48 (1984)



Son talent éclate en 1976 à l'âge de 29 ans. Souvent blessé à cause de tendinites tenaces, Carlos Lopez possédait une volonté de fer et un grand désir de vaincre.

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !

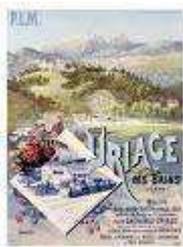
COL DE MALISSOL (38) :



1153 m - Point de départ de cette 10^{ème} étape. Il relie le plateau Matteysin à la vallée de la Romanche.

SECHILIENNE (38) : 364 m - 768 habitants. « Ruines de Séchilienne » : il s'agit d'une zone active d'éboulements du Mont Sec. Château 15^{ème}, 17^{ème}, 19^{ème} incendié en 1944.

URIAGE LES BAINS (38) :



Station thermale traitant les indications rhumatologiques, dermatologiques et des voies respiratoires.

ST MARTIN D'URIAGE (38) : 600 m - 3678 habitants. Château 15^{ème}/17^{ème}. Fontaine de la déesse Hygie.



Belledonne 2000 - 16 et 34 Km 17.06.07

DOMENE (38) : 220 m - 6444 habitants. Eglise néo-gothique. Prieuré bénédictin. Vues sur la Chartreuse.



Tour de la Ville 10 Km 01.04.07

COL DU COQ (38) : 1434m



Massif de la Chartreuse. Il relie St Pancrasse à St Pierre de Chartreuse. Montée maximale 10%.

ST LAURENT DU PONT (38) : 410 m - 4083 habitants. Parc Naturel Régional de Chartreuse. Eglise St Bruno. Musée de Mariette. Site de Fourvoirie, première distillerie des Pères chartreux.



PARC NATUREL REGIONAL DE CHARTREUSE (38) :

Créé en 1995 - 69000 ha - 52 communes. Maison du Parc à St Pierre de Chartreuse.



La sylviculture et le travail du bois sont les activités phares du massif, s'y rajoutent les activités liées à l'agriculture et au Tourisme.

LES ECHELLES (73) : 386 m - 1262 habitants. L'Hôtel de Ville est une ancienne commanderie St Jean de Jérusalem 16^{ème}. Château de Berlandet. Eglise 19^{ème}.

BREIGNIER-CORDON (01) : 223m - 570 habitants.



Château de La Barre 20^{ème} : vestiges de l'enceinte 14^{ème}. Fours à pains. Eglise 19^{ème}.

SAULT BRENAZ (01) : 200 m - 5980 habitants. Pont du 18^{ème} reconstruit en 1826. Barrage. Eglise 19^{ème}.

LAGNIEU (01) : 239 m - 5980 habitants.



Quartier ancien. Château de Montferrand 15^{ème}. Moulin à farine de Proulieu. Sommet de Bramafan : vue étendue. Vin AOC « Roussette du BUGEY-LAGNIEU.



Le cross de Brafamafan 10 Km -10.06.07.

AMBERIEU EN BUGEY (01) : 247 m - 11927 habitants. Château des Allymes, forteresse savoyarde 13^{ème}/14^{ème}. Granges 17^{ème} et 18^{ème}.



Ancienne usine de draps 18^{ème} de Vareilles.

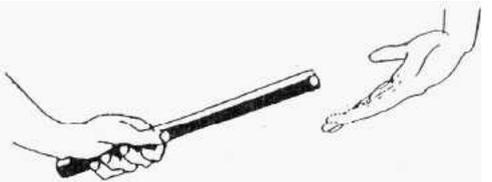


Jean-Marie Rocard au sommet du Galibier

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



La vie : une course contre la mort . . . Le meilleur ne gagne pas. - Henri Jeanson -

VIP CONFORTE SON CLASSEMENT SUR L'EURE

10^{ème} Etape - 24 Juillet 2007 LA MURE - AMBERIEU EN BUGEY

Encore des cols à gravir, certes, mais d'une altitude moins élevée que ceux des précédentes journées.

Hier, les coureurs ont franchi le col Luitel 1262 m, et celui du Coq 1434 m.

Au moment du départ, la pluie a bien voulu cesser de tomber pour permettre aux coureurs de s'élancer vers cette ultime étape alpestre où 3 cols étaient disputés.

Les pentes sévères du Luitel et du Coq sont une source de motivation pour l'équipe de Seine Maritime qui franchit en tête ces 2 difficultés et une satisfaction d'en terminer pour toutes les autres équipes.

Un coq s'est échappé de la volière de LA FRANCE EN COURANT. Nous l'avons retrouvé sur une crête du Massif de la Chartreuse, chantant à tue-tête et comme le hasard fait bien les choses, il avait choisi le col du coq pour se poser et applaudir les coureurs émérites.

A St Laurent du Pont, demi étape de la journée, les coureurs sont accueillis par M. Didier TIRARD, adjoint aux sports de la commune. Différents jus de fruits sont proposés aux coureurs et pour ceux qui sont allergiques à ce breuvage, un apéritif à la gentiane de la Grande Chartreuse leur est offert. Cet apéritif a été créé en 1865 par l'ancien Frère Raphaël du couvent St Bruno à St Laurent du Pont.

Les parents de Maxime BOURSIER sont là pour encourager leur fiston qui court dans l'équipe de Sports Loisirs Aliermontais.

Nos encouragements vont vers l'équipe de « Courir pour la Charente Maritime » qui, malgré leur déclassement poursuivent leur route avec entrain et courage. Bravo à Anne Lise, Hélène, Odile, Pascale, Christophe(s), Sergey et Philippe.

Pascal PIERRAIN, photographe présent sur le Tour vous propose ses photos.

Elles sont visibles et disponibles sur le site www.photogone.net

Vous pouvez les commander (format 15x21) au prix de 7 €.

A partir de 3 photos achetées, la 4^{ème} est gratuite. Disponible sous 48 h.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération

FR3 Rhône Alpes



Le Coq prend son envol

POINTS DE CHRONOMETRAGE

Col de la Mort

- 1^{er} Courir pour la Seine Maritime
- 2^{ème} Sports Loisirs Aliermontais
- 3^{ème} Les Pétillants Champenois
- 4^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie
- 5^{ème} Courir pour la Charente Maritime
- 6^{ème} VIP et l'Eure partis 30' après les autres équipes.

Col du Luitel

1^{er} David GAIGNE Courir pour la Seine Maritime
2^{ème} Jean-François BOUGON Sports loisir Aliermontais à 10'18"
3^{ème} Bernard LEBRUN Les Pétillants Champenois à 12'12"
4^{ème} Patrice BRANCHEREAU à 19'48"
5^{ème} Christian GUERINIER à 25'43"
6^{ème} Laurence FRICOTTEAUX VIP à 32'41"
7^{ème} Bertin TACITE à 33'57"

Col du Coq

1^{er} Jean-Pascal HEBERT Courir pour la Seine Maritime
2^{ème} Gwenaëlle CHARDON VIP à 8'13"
3^{ème} Jean-François GALLAIS VIP à 13'09"
4^{ème} Christophe MORVAN Courir pour la Charente Maritime à 13'32"
5^{ème} Nicolas GAMELIN Sports Loisirs Aliermontais à 18'09"
6^{ème} Abdel YAHIAOUI Les Pétillants Champenois à 31'54".



Yannick Chauveau

RESULTATS

ETAPE LA MURE - AMBERIEU EN BUGEY

Classement de l'étape :

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas 12h59'57" 15,001 Km/h
2^{ème} L'Eure à 14'35"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 52'01"
4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 1h58'37"
5^{ème} Les Pétillants Champenois à 2h17'57"
6^{ème} Maine et Loire à 2h24'41"
7^{ème} Courir pour la vie courir pour Curie à 3h16'06"
Courir pour la Charente Maritime

Les Authentiques

Classement général

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas 129h41'31" 14,862 Km/h
2^{ème} L'Eure à 50'33"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 8h16'40"
4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 17h41'16"
5^{ème} Maine et Loire à 19h43'58"
6^{ème} Les Pétillants Champenois à 20h39'51"
7^{ème} Courir pour la vie courir pour Curie à 31h51'01"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

L'EQUIPE DU JOUR Courir pour le Maine et Loire



Mohamed CHIHEB - Capitaine

5^{ème} participation à la FEC.
Vainqueur en 2006. Plombier chauffagiste. 7h28 aux 100 Km de Chavagnes en Paillers en 2001
Champion départemental sur 100 Km. 2h36 au marathon de Vannes en 2000.

Claude BONNIER

3^{ème} participation à la FEC.
Retraitée.
10h13 aux 100 Km. 3h21 au marathon de Reims. 44' aux 10 Km
Claude est la doyenne de l'épreuve (63 ans) Chapeau !

Franck TRIFFAULT

2^{ème} participation à la FEC.
Vainqueur en 2006.

3h18 au marathon. 1h29 au semi marathon. 37' aux 10 Km

Patrice BRANCHEREAU

1^{ère} participation à la FEC
1h19' au semi marathon
53' aux 15 Km. 36' aux 10 Km.

Nezir MUJIC

1^{ère} participation à la FEC.
Footballeur.

Jean-Marie ROCARD

1^{ère} participation à la FEC
Régleur sur presse à injecter chez Schneider Electric.
10h24 aux 100 Km
3h22' au marathon. 1h aux 15 Km
Trial. 39' aux 10 Km

Philippe PAOLINI

1^{ère} participation à la FEC.
Chargé de développement à la Caisse des dépôts.
3h54' au marathon. 1h46' au semi marathon. 59' aux 15 Km. 44' aux 10 Km.

Pascal PRUD'HOMME

1^{ère} participation à la FEC.
Manutentionnaire.
1h25' au semi marathon
59' aux 15 Km
37' aux 10

11^{ème} étape : **Ambérieu en Bugey (01) - Marsannay la Côte**

Distance : 190 Km

Départements traversés : Ain, Saône et Loire, Côte d'Or.

Après le départ d' **Ambérieu en Bugey** à 3 h, nous prenons la direction de **Chalamont** par la D904 village situé au cœur de la Dombes aux mille étangs. Entre la région de la Dombes et celle de la Bresse, nous passons à **Neuville-les-Dames** dans un paysage vallonné, moucheté d'étangs.



Neuville les Dames

Les célèbres poulets de Bresse caquettent au passage de la course en prétendant que certains bipèdes de coureurs ont bien besoin de se « remplumer ».



Passage à **Pont-de-Vaux**. C'est la Seille qui délimite les départements de l'Ain et de la Saône et Loire. A **Cuisery**, 4^{ème} village du livre depuis 1999, nous tournons la page bressane pour changer de chapitre et parcourir celle de la Bourgogne.

Demi étape à **St Germain du Plain**.

Après avoir coupé la nationale 78 à **l'Abergement Ste Colombe**, nous prenons la direction de **Chalon-sur-Saône** que nous

contournons par l'est. En suivant la Saône à **Verjux** et **Gergy**, nous arrivons à **Chaublanc** en bordure de la vallée de la Dheune.



Vallée de la Dheune

La Côte d'Or nous accueille à **Chevigny en Valière**. Passage à **Gerland** à la lisière de la forêt de Cîteaux et proche de l'abbaye cistercienne.

Nuits St Georges doit sa renommée au prestige de ses vins.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération

Le **Clos de Vougeot** est un des plus prestigieux château bourguignon, haut lieu de la gastronomie.



La Côte de Nuit c'est aussi **Chambolle-Musigny**, **Morey St Denis**, **Gevrey-Chambertin** et enfin **Marsannay-la-Côte** porte d'or de cette Côte de Nuit.

Le pain partenaire officiel du sportif



12^{ème} étape : **Marsannay la Côte (21) - St Amand en Puisaye (58)**

Distance : 191,5 Km

Départements traversés : Côte d'Or, Nièvre.

Comme aujourd'hui, départ à 3 h. mais à **Gevrey-Chambertin** située à 5 Km de Marsannay la Côte. Nous quitterons cette dernière ville par la D31.



A la sortie de **Ternant**, les phares des véhicules suivants permettront-ils de voir les 3 dolmens situés en bordure de route ?

Traversée du Canal de Bourgogne où le jour commencera à éclairer la campagne environnante.

Passage à **Châteauneuf**, **Meilly sur Rouvres**, **Châtellenot**. Nous sommes toujours dans la Côte d'Or et poursuivrons notre route en direction de **Saulieu**, ville pittoresque du Morvan, dominant l'Auxois.



Tout en restant dans la même région de Bourgogne, nous entrerons dans le département de la Nièvre pour y parcourir 96 Km. Demi étape à **Lormes**.



Par d'agréables routes, nous atteindrons les localités de **Nuars, Tannay et Clamecy**, ce dernier lieu fixé au confluent de l'Yonne et du Beuvron ainsi que sur le Canal du Nivernais. Ce sera enfin l'arrivée à **St Amand en Puisaye** dans une belle région de bocage.



🍞 LE PAIN ET SES RECETTES

Pain aux œufs et à la tomate :
Ingrédients pour 6 personnes :
5 œufs, 20 g de beurre,
2 grandes tranches de pain dur,
1 verre de lait, persil, muscade,
sel, poivre, sauce tomate.
Faire durcir 3 des 5 œufs.
Tremper le pain dans le lait tiédi,
appuyer dessus avec une
fourchette pour bien l'imbiber et
le laisser gonfler. L'écraser en y



CHALAMONT (01) : 285 m -
1674 habitants. Maisons des 15^{ème}
et 16^{ème}.

ajoutant 2 jaunes d'œufs crus,
sel, poivre, noix de muscade,
persil haché et œufs durs coupés
fins. Monter les 2 blancs en neige
ferme et les incorporer
délicatement au mélange. Verser
dans un moule à cake beurré et
cuire 30 minutes à thermostat
6/7 (200°).

😊 MOMENT DE DETENTE

Quel est le comble pour un curé ?
Aller chez le boulanger acheter
des religieuses.

JEUX DE MOTS

Cabu lanokay okay lanabulo
(Qu'a bu l'âne au quai ? Au quai,
l'âne a bu l'eau).

COUREUR ILLUSTRE

Abébé BIKILA : Ethiopien
Né en 1932 + 1973
Palmarès 1960 - 1964
Champion Olympique du
marathon en 1960 et 1964
Record sur marathon 2h 12' 11"



De famille paysanne, caporal
dans la garde impériale du
Négus. Personne n'a jamais
gagné deux fois de suite un
marathon olympique, sauf lui. Il
remporte, pieds nus, le
marathon des Jeux de Rome en
1960 et devient le premier
héros olympique du continent
africain. Aux JO de 1964, il
pulvérise son propre record 35
jours après avoir été opéré de
l'appendicite. Lors de la
cérémonie de remise des
médailles, comme la fanfare ne
connaît pas l'hymne national
éthiopien, on décide de jouer
l'hymne japonais. A Mexico en
1968, il abandonne au 10ème
Km et en mars 1969, il se brise
la nuque dans un accident de
voiture. Il restera prostré sur
sa chaise roulante jusqu'au 25
octobre 1973 où il fut emporté
par une hémorragie cérébrale



🌿 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌿

Lavoir ancien. Eglise reconstruite
en 1868/70. Le Signal (334 m) est
le point culminant de la Dombes.

LES DOMBES (01) : Pays aux
mille étangs. Première région
piscicole, en eau douce, de France
(brochets, tanches, rotengles,
gardons et surtout la carpe qui
représente 60% de la production).



Paradis des oiseaux (échasses
blanches, nettes rousses, hérons
et passereaux de toutes les
couleurs, etc.). . . et bien sûr
beaucoup de grenouilles.

VONNAS (01) : 190 m - 2473 habitants. Château d'Epeyssoles. Musée des attelages, de la carrosserie et du charronnage. Etape gastronomique.



Vonnas - Châtillon 22 Km
09.09.07

PONT DE VAUX (01) : 177 m
2042 habitants. Le pont qui lui donne son nom fut construit au 12^{ème} sur le Reyssouze. Maison de l'Arquebuse 17^{ème}/18^{ème}. Hôtel de Ville 18^{ème}. Musée Antoine Chintreuil. Volaille de Bresse.



Le Tour de Ville 11 et 21 Km
08.04.07

CUISERY (71) : 213 m - 1612 habitants. Village du livre. Chapelle St Pierre 11^{ème}.



Notre Dame de Cuisery (1504). On retrouve au 16^{ème} et au 17^{ème} siècles des « capitaines-châtelains » portant le nom de « De Gaulle ». Leurs descendants émigrèrent en Champagne et furent les ancêtres du Général De Gaulle.

ST GERMAIN DU PLAN (71) : 191 m - 1842 habitants. Petite bourgade bressane. Village agricole.

DAMEREV (71) : 180 m - 426 habitants.



Domaine de Planche, d'origine médiévale. Belles fermes bourguignonnes.

GERGY (71) : 189 m - 426 habitants. Eglise gothique 14^{ème}/15^{ème}. Château de Meix-Berthaud.

CORBERON (71) : 197 m - 359 habitants. Château 18^{ème}. Mandrin, voleur célèbre au début du 18^{ème} s'est arrêté une nuit à l'auberge de Corberon.

BOURGOGNE :



La route des Grands crus appelée « Les Champs Elysées de Bourgogne » : Dijon - Marsannay la Côte - Gevrey-Chambertin - Nuits St Georges - Beaune, magnifique parcours d'une soixantaine de kilomètres.

NUITS ST GEORGES (21) : 243 m - 5661 habitants. Château du Clos Vougeot 12^{ème}. Le Cassissium, unique musée au monde à traiter du cassis.

Le pays de Nuits St Georges allie gastronomie, vins, patrimoine et nature.



En 1892, Nuits devient Nuits St Georges, du nom de son cru ancien, constitué aux alentours de l'an 1000. En juillet 1971, la mission Apollo XV déposa sur la lune une étiquette de cuvée « Terre-Lune » de l'anniversaire 1959-1969 en hommage à Jules Verne et à Félix Tisserand né à Nuits St Georges.



Semi marathon de la vente des vins des Hospices de Nuits St Georges 24.03.09 - 10 et 21,1 Km
Corrida pédestre 10 Km 13.07.07

CHAMBOLLE MUSIGNY (21) : 240 m - 313 habitants. Eglise avec son clocher médiéval (des peintures du 16^{ème} ornent le chœur de l'église). La commune produit l'un des vins rouges les plus délicats de la Côte de Nuit.

GEVREY-CHAMBERTIN (21) : 280 m - 3258 habitants.



Le vignoble de Gevrey-Chambertin produit à lui seul 8 des 33 AOC grands crus AOC de Bourgogne.

MARSANNAY LA COTE (21) : 275 m - 5211 habitants.



Située aux portes de Dijon (6 Km). Ville d'accueil, d'action et de goût. Stèle du 2^{ème} siècle. Les 7 pressoirs de Marsannay.

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT
7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97
www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Confrérie des Talmeliers du Bon Pain

BAILLIAGE DES DUCS DE BOURGOGNE

22. RUE DU CARRÉ

- 21160 MARSANNAY-LA-COTE

Tél 03 80 51-38-85 FAX IDEM

Date de création 1988

Saints Patrons Saint Honoré et Saint Lazare

Représentation Nationale

Buts Faire connaître, aimer le Bon Pain qui reste à travers les siècles "source de vie".
Mettre en valeur le Pain en l'associant aux produits de notre région.
Encourager et développer la recherche de la qualité du Pain par des concours, fêtes, etc...

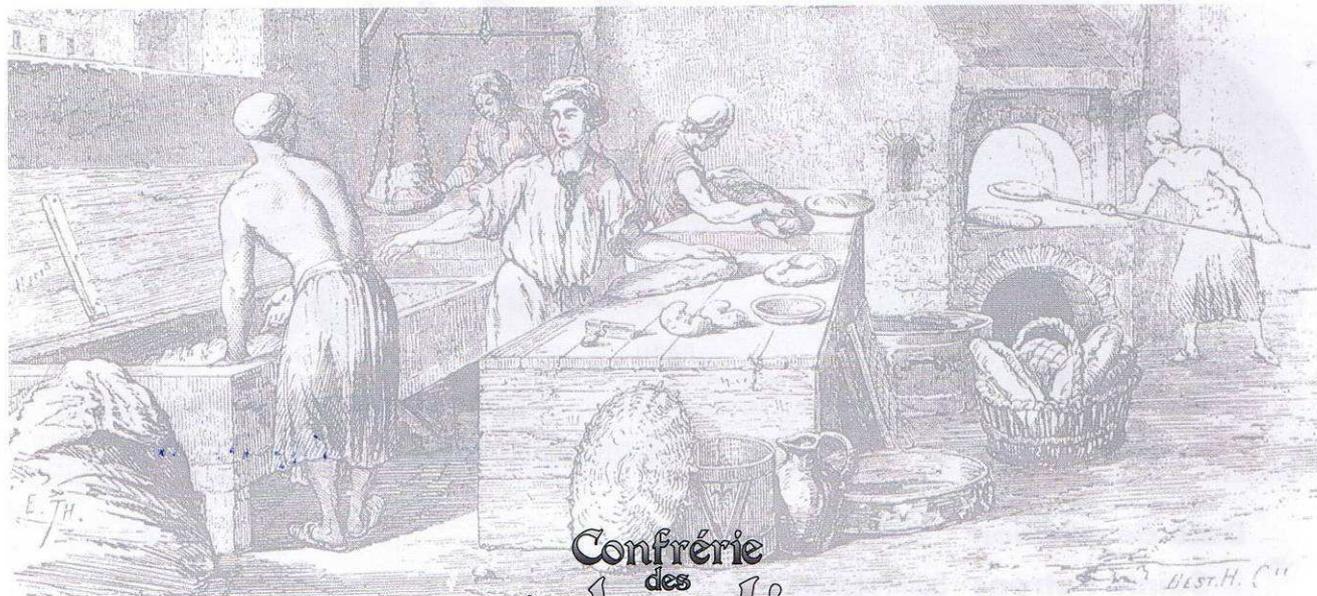
Entretenir entre confrères des relations d'amitié, d'entraide et d'honneur.

Chapitre Au moins un par an

Manifestations Fête du pain avec dégustation, participation à la Semaine du Goût,
Concours de Qualité avec remise de diplômes.

Condition d'adhésion Parrainage





Confrérie des Talmeliers du Bon Pain

BAILLIAGE DES DUCS DE BOURGOGNE

HISTORIQUE

Les Gaulois enseignés par les Phocéens avaient appris l'art de faire le pain dès le VI^{ème} siècle av.-J.C., mais la première ordonnance sur la boulange fut celle du roi Dagobert au VII^{ème} siècle instaurant le droit de mouture. Et ce fut Charlemagne qui réglementa la profession et veilla dans ses capitulaires à ce que "le nombre de ces artisans si utiles pour chaque ville fut toujours complet, qu'ils finissent avec ordre et propreté leur lieu de travail et que leur conduite soit irréprochable".

Quand se constituèrent les corporations de boulangers, leurs membres se groupèrent en confréries religieuses et se placèrent sous la protection d'un saint patron. La lèpre se propageant en France, les boulangers se tournèrent vers Saint Lazare dont l'invocation guérissait ceux qui étaient atteints de maladies de la peau. Exposés plus que tous par leur travail près du feu, ils avaient le privilège, ainsi que leurs familles, de se faire soigner à l'hôpital Saint-Lazare auquel ils devaient en échange donner un pain chaque semaine, la mie de pain servant à l'époque de base à un emplâtre souverain dans les soins de la peau.

Plus tard, les boulangers rendirent hommage à Saint Honoré, évêque d'Amiens qui, selon la légende, aurait été mitron dans sa jeunesse.

A Dijon, une confrérie des boulangers fut établie dès le XVI^{ème} siècle aux Jacobins. Ses armoiries étaient d'azur, représentant un Saint Honoré, en habit d'évêque, crossé et mitré d'or.

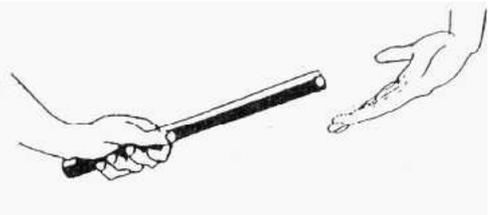
LA TENUE D'APPARAT

Elle comprend une longue cape de velours beige, couleur de la mie de pain, agrémentée d'une bande de velours mordorée de la couleur de la croûte, des gants blancs comme la fleur de farine, une toque beige en forme de miche ornée d'un somptueux panache flamboyant en plumes de coq de bruyère, rappelant le feu dans le four du boulanger.



Françoise MOREAU

Grand Maître
des Talmeliers du Bon Pain



Il faut entretenir la vigueur du corps pour conserver celle de l'esprit. - Luc de Clapiers -

L' EQUIPE DE L'EURE SE REBIFFE ARRIVEE *** A MARSANNAY LA COTE

11^{ème} Etape - 25 Juillet 2007
AMBERIEU EN BUGEY -
MARSANNAY LA COTE

Mano à mano entre l'équipe de l'Eure et celle de VIP Endurance 72 Adidas sur l'ensemble du parcours avec une fin de course époustouflante sur la route des Grands crus de Bourgogne.

Quel spectacle! Avec en toile de fond le vignoble en coteau qui fournit des vins renommés comme Nuits St Georges, Clos Vougeot, Chambolle Musigny, Gevrey-Chambertin...



Laurence Fricotteaux fonce vers Marsannay la Côte

Le mot d'André VOIRIOT

La FRANCE EN COURANT a définitivement tourné le dos à la montagne. Cette 11^{ème} étape, avec son profil relativement plat a donné des idées à l'équipe de l'Eure pour lancer une offensive vers l'équipe VIP.

Offensive couronnée de succès puisque les Eurois vainqueur de cette étape, ont repris plus de 14' aux « VIPISTER ».

Il est à noter la belle 4^{ème} place pour les Pétillants Champenois et en 18" séparant les équipes du Maine et Loire avec Sports Loisirs Aliermontais sur les 191 Km du parcours.

Arrivée à Marsannay la Côte sur la place de la Mairie en présence de Mme PILLOT Michèle 1^{er} adjoint au maire de la commune, M. GONDELLIER Jean-François 2^{ème} adjoint, M. RENARD Jean adjoint aux sports, M. BERTHELON Alain adjoint à la communication, M. HENNARD François adjoint aux ressources humaines, Mme Françoise MOREAU Grand Maître des Talmeliers du bon pain et M. Michel PRIEUR Président de la Confrérie des Gourmets de Marsannay.



Chaque équipe s'est vue offrir par la municipalité un magnum de vin rouge estampillé Marsannay 2000.

Philippe REMOND était parmi nous à Marsannay la Côte ; nous avons tous apprécié sa présence et sa disponibilité. Blessé depuis sa participation au marathon des sables, il n'a toujours pas repris la compétition. Nous lui souhaitons un bon rétablissement.



Philippe Rémond au micro de Claude Roussin

ERRATUM :

C'est bien à Patricia VALOGNES et non à Isabelle SOURDON que doivent être remises les listes de participation au repas de samedi soir à Bernay.

Vous connaissez des élus dont la ville serait prête à accueillir LA FRANCE EN COURANT
Faites-le savoir au Comité d'organisation.

A Chevigny en Valière (Côte d'Or)
La Roulante a mis la table et s'est
préparée à nourrir une trentaine
de convives.



Passage devant la Roulante de
Micheline

ANECDOTE

En tentant un nouveau record de
lancer de tente QUECHUA
(discipline non reconnue aux J.O.)
Irène COLOMB (Podo) s'est tordue
la cheville.

Prise dans son élan aérien, elle n'a
pu contrôler son geste et s'est
retrouvée face au sol dans la
poussière les bras en croix.
Laurence BARROT n'a pu que
constater les dégâts et soigner son
amie

TETES EN L'AIR :

Ont été trouvées une montre et
deux serviettes de toilette.
Les réclamer au POINT INFO



RESULTATS

ETAPE AMBERIEU EN BUGEY -
MARSANNAY LA COTE

Classement de l'étape

1^{er} L'EURE 12h05'57" 15,786 Km/h
2^{ème} VIP Endurance 72 Adidas à
14' 33"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à
1h29'26"
4^{ème} Les Pétillants Champenois à
2h 05' 06"
5^{ème} Maine et Loire à 2h12'35"
6^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
2h12'53"
7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 3h42'48"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Classement général

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
142h02'01" 14,915 Km/h
2^{ème} L'Eure à 36'
3^{ème} Courir pour la Seine
Maritime à 9h31'33"
4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à
19h39'36"
5^{ème} Maine et Loire à 21h42'
6^{ème} Les Pétillants Champenois à
22h30'24"
7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 35h19'16"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

L'EQUIPE DU JOUR Courir pour la Charente Maritime



Odile POUPARD

1^{ère} participation à la FEC.
Administrative à l'Education
Nationale. Marathon de New York
3h40' - Marathon du Médoc 3h42'
Passionnée de cinéma.

Anne-Lise ROCHER

1^{ère} participation à la FEC.
Professeur de culture générale,
enseignante en Classe
préparatoire aux grandes écoles.
Marathon de Paris 4h07' - La
Francilienne 10 Km en 37'
Aime la musique classique, le
chant choral et les arts martiaux.
Son blog : [http :
//runningwriter.unblog.fr/](http://runningwriter.unblog.fr/)

Philippe ORTSCHIEDT

2^{ème} participation à la FEC.
100 Km de Stenwerk en 15h.
Marathon de Paris en 4h40'
Pratique la moto, les patins à
glace et les rollers.

Sergey BORZENKOV

12^{ème} participation à la FEC.
Ingénieur.
Marathon de Moscou en 2h43'
Apprécie sa vie de famille.

Pascale ROTSAERT

1^{ère} participation à la FEC.
Club Endurance 72.
Championne de Belgique des
24 h à l'envers.
13 marathons
Expert en hygiène mentale.

Hélène ROUET

1^{ère} participation à la FEC (une
découverte !)
Assistante de direction
Club Endurance 72
37' sur 10 Km
1h24 au semi marathon
Meneur d'allure sur le marathon de
Paris en 3h 30'
2 sélections en équipe de France
vétérans piste
Record de France 1500 m piste en
salle F45.

Christophe MORVAN

Informaticien
Marathon de La Rochelle
2h33'39"
Semi marathon de La Rochelle
1h11'37"
14 Km en 46'15"



AUJOURD'HUI

12^{ème} étape : Marsannay la Côte
(21) - St Amand en Puisaye (58)
Distance : 191,5 Km
Départements traversés : Côte
d'Or, Nièvre.

Après avoir pris le départ à
Gevrey-Chambertin, il sera
beaucoup trop tôt pour profiter de
la jolie route passant par
Chamboeuf, Ternant et ses
dolmens, La Bussière sur Ouche.



La Bussière sur Ouche

Il fera jour lorsque nous passerons à **Châteauneuf**, localité classée parmi les « **Plus beaux villages de France** » avec sa forteresse imposante édifée à la fin du XII^e siècle. A **Vandenesse en Auxois**, les coureurs sautent le Canal de Bourgogne, artère fluviale d'une longueur de 242 Km franchissant la ligne de partage des eaux entre l'Atlantique et la Méditerranée. C'est le plus haut canal de France (378 m à Pouilly en Auxois). Au rythme de leurs foulées, les compétiteurs poursuivent leur route vers **Chatellenot**, **Thoisly** la **Berchère** et **Saulieu**.



Tour d'Auxois à Saulieu

Cette dernière commune est une station climatique d'été, capitale du Morvan. Tout autour, l'environnement est composé de collines boisées, de forêts et d'étangs.

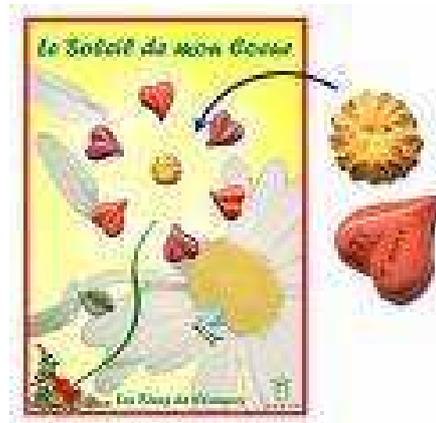
Changement de département, passage dans la Nièvre. Nous sommes dans le Parc Naturel Régional du Morvan et plus précisément à **Dun-les-Places**. 19 Km nous séparent de l'arrivée à **Lormes**, demi étape de ce jour.

Magnifique point de vue à la sortie de **Lormes** en direction de **Nuars**. Peu après, nous suivons la vallée de l'Armanche pour franchir le Canal du Nivernais et arriver à **Tannay**, village implanté sur un coteau à flanc de colline dominant la vallée de l'Yonne. Le vignoble produit un vin blanc d'excellente renommée issu du cépage Chardonnay.

Le pain partenaire officiel du sportif



A mi parcours de cette demi étape, nous traversons la ville de **Clamecy**, cité médiévale 3 fleurs où sont fabriquées pour l'Épiphanie les fèves en céramique portant le label de « Fèves de Clamecy ».



Fèves de Clamecy

Entrains sur Nohain nous entraîne inéluctablement vers le point final de cette 12^{ème} étape : **St Amand en Puisaye** où de nombreux artisans potiers y ont élu domicile. Belles demeures à pans de bois.



Château de St Amand en Puisaye

☀ DEMAIN

13^{ème} étape : **St Amand en Puisaye (58) - Chartres (28)**

Distance : 190 Km

Départements traversés : **Nièvre, Cher, Loiret, Eure et Loir.**

Après un parcours de 18,5 Km dans la Nièvre, nous « survolerons » le Cher sur une très courte distance de 4 Km. Franchissement de la Loire à **Neuvy sur Loire**. Poursuite de la course le long du Canal latéral à la Loire jusqu'à **Châtillon sur Loire** et prolongement en suivant la Loire jusqu'à **Pouilly lez Gien**, **Sully sur Loire** et **Châteauneuf sur Loire**.



Sully sur Loire

Cap vers le nord pour traverser la Forêt d'Orléans et arriver à la demi étape de **Neuille aux Bois** dans le Loiret.

Comme à chaque étape, le 2^{ème} tronçon est moins long que le 1^{er}; demain, il représentera 73 Km dont 15 Km dans le Loiret et 58 Km dans l'Eure et Loir.

Nous arriverons dans le domaine de la grande culture en pays beauceron avec la traversée des villages de **Neuvy en Beauce**, **Lethuin**... Platitude du parcours par excellence.



La Beauce

Arrivée à **Chartres** Préfecture de l'Eure et Loir et capitale de la Beauce.

Courir 14 jours avec quelqu'un, c'est comme vivre 14 ans avec cette personne. Tu connais ses qualités et ses défauts

PANNE :

Hier matin, le véhicule Berlingot de notre boulanger est tombé en panne à Bourg-en-Bresse. Le moteur a « rendu l'âme ». Après le diagnostic d'Yves, notre précieux mécanicien, la voiture a été transportée par assistance dans un garage proche.

De retour en Normandie, Yves reprendra la route pour récupérer ce véhicule avec un plateau-remorque et tentera de le remettre en état de marche. Cette réparation rentre évidemment dans le cadre de l'association de LA FRANCE EN COURANT.

PORTER SECOURS

C'est ce qu'a fait **Martine BOUTRY** en portant secours à une personne ayant eu un malaise place de la mairie à Marsannay la Côte. Dans un premier temps, elle a alerté le SAMU, elle a ensuite mis cette dame en position de PLS (Position Latérale de Sécurité), l'a réconfortée jusqu'à l'arrivée du SAMU.

Romain DUPUIS l'a assisté dans son intervention.

FELICITATIONS à tous les deux.

Martine s'occupe de la Roulante n° 2 et des jeux pour les enfants tandis que Romain fait partie de l'équipe montage du village, chargé des courses pour enfants en assurant une partie de l'animation.

EN TOUTE AMITIE

Jean Pascal HEBERT (Courir pour la Seine Maritime) adresse un message à Courir pour la vie, courir pour Curie en soulignant leur courage pour le temps passée sur la route et en profite pour souhaiter un bon rétablissement à son ami Pierre Houssaye.

PAIN ET GASTRONOMIE, DES MARIAGES A L'INFINI

- Le pain de campagne se marie avec les viandes rouges et en sauce, le foie gras, les crustacés, les charcuteries, les fromages à pâte molle, les poissons.

- Le pain de seigle cohabite pour le meilleur avec charcuteries, poissons et fruits de mer, fromages à pâte persillée ou à pâte pressée.



MOMENT DE DETENTE

Chez le boulanger.

« Bonjour, je voudrais un TUGLOJKCYCSZXE au chocolat »

Le boulanger d'un air effaré :

« Pardon ? Un TUGLOJKCYCSZXE au quoi ??? »

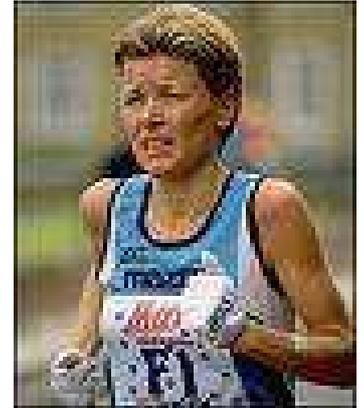


JEUX DE MOTS

Dieu sait qu'elle sait, quelles séquelles...

COUREUR ILLUSTRE

Ingrid KRISTIANSEN :
Norvégienne née le 21.03.1956
Palmarès 1981 - 1986
3 records du monde 5000 m
2 records du monde 10000 m
Meilleure performance mondiale sur marathon



Records :

800 m : 2'09"7 (1981)

1500 m : 4'10"17 (1985)

3000 m : 8'34"10 (1986)

5000 m : 14'37"33 (1986)

10000 m : 30'13"74 (1986)

Marathon : 2h21'06" (1985)

Lors des hivers nordiques, Ingrid Kristiansen s'entraîne sur tapis roulant où sont placardés les posters de ses principales rivales.



🌿 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌿

TERNANT (21) : 420 m - 75 habitants. Château 17^{ème}. Grotte de Roche-Chèvre.



3 dolmens

CHATELLENOT (21) : 475 m - 83 habitants. Village médiéval sur un éperon rocheux dominant l'Auxois. Château 12^{ème}/13^{ème}/14^{ème}. Eglise 16^{ème}.

SAULIEU (21) : 545 m - 2969 habitants. Hôtel de Ville 18^{ème}. Hôpital hospice 18^{ème}. Tour d'Auxois.



Basilique St Andoche 12^{ème}. Musée régional François Pompon. Personnalités : François Pompon (sculpteur) - Bernard Loiseau (cuisinier).



La Corrida des Sapins de Noël 7,5 Km le 02.12.07

PARC NATUREL REGIONAL DU MORVAN :



Créé en 1970. Il réunit 106 communes. Situé sur les départements de la Nièvre, de la Saône et Loire, de l'Yonne et de la Côte d'Or. 2181400 habitants.

DUN LES PLACES (58) : 535 m - 426 habitants. Le 26 juin 1944, les allemands mirent le feu au village et fusillèrent 27 hommes.

Moulins à eau de Saloë et de Tripier. Eglise Ste Amélie 1844 à 1850 construite par un ancien corsaire.

LORMES (58) : 420 m - 1398 habitants.



Eglise St Alban 1865. Hôtel de Ville datant de 1839.

Personnalité : Daniel Vaillant, ministre de l'Intérieur en 2000 est né à Lormes le 19.07.1949.

TANNAY (58) : 246 m - 584 habitants. Village dominant la vallée de l'Yonne. Collégiale St Léger 13^{ème}/14^{ème}. Château de Pignol 17^{ème}. Hôtel de Ville 1869.



Vin de Tannay

CLAMECY (58) : 160 m - 5105 habitants. Venise des nivernais. Maisons anciennes 15^{ème}/16^{ème}. Eglise collégiale St Martin 13^{ème}/16^{ème}. Musées.



Le navigateur Alain COLAS est né à Clamecy le 16.09.1949 et disparu en mer le 16.11.1978.

Spécialité : andouillette de Clamecy.

ENTRAINS SUR NOHAIN (58) : 223 m - 988 habitants. Château de Réveillon 19^{ème}. Eglise St Sulpice 13^{ème}/16^{ème}. Vallée du Nohain.

ST AMAND EN PUISAYE (58) : 180 m - 1397 habitants. Activités de potiers.



Son sous-sol renferme une argile à grès exceptionnelle qui supporte une cuisson à très haute température. Musée du grès installé dans le Château du 16^{ème}. Nombreuses demeures à pans de bois



Jean-François Gallais franchit la Saône du côté d'Allerey

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net

HONNEUR AUX CHAUFFEURS

Les chauffeurs effectuent une tâche considérable et remarquable. Ce sont toutes et tous de grands sportifs. Jugez-en plutôt :

Les Pétilnants Champenois :

Alexandre BERTOIS : Course à pied. Athlétisme : vitesse et cross l'hiver. Cyclisme pendant 5 ans. Basket pendant 6 ans

Sylvie DEICHELBOHRER : Course à pied. Danse de salon.

Lucien RAIMOND (dit Lulu) : Ancien basketteur 22 ans de pratique. Entraîneur FFA.

Course à pied : 100 Km de Millau 9h19 - Marathon 2h58'12" à Neuf-brisach. Marathon de Tahiti.

Denis STIAK : 14 ans de course à pied, du 800 m aux 100 Km. 100 Km de Andelot (Haute Marne) en 8h52. Marathon de Paris 2h45'. 10 000 m en 32'26". Semi marathon 1h13'58". Arts martiaux.

Courir pour la vie, courir pour Curie :

Annie NIVOIT : Gymnastique et marche (15 Km en 1h 30) Gym Club de Charleville Mézières.

Justine DUPUY : Course d'orientation et natation

Courir pour la Charente Maritime :

Jean-Claude RENAUD : Professeur de judo. Cyclisme. Course à pied : 1^{er} semi marathon à La Rochelle en 2006 1h50' à 62 ans. Planche à voile. Triathlon. Projet 2007 : 10 Km de Dax. Les Gendarmes et les Voleurs du Temps. Vélo entre 11000 Km et 12000 Km par an.

Pierre PAYET : Parachutisme. Course à pied : 20 Km de Rochefort.

Courir pour la Seine Maritime :

Bernard DUVIVIER : Cyclisme : Paris - Deauville. 24h de Paris. Paris-Brest et courses en étapes. A appartenu au Club de Jacques Anquetil (Vélo Club de Quinconpois)

Gérard MACQUET : Marathons de Bruxelles et de New York. Paris en 3h 30. Cyclisme : une étape du Tour de France Rouen - Forges les Eaux.

Sports Loisirs Aliermontais :

Yves LEGENDRE : Course à pied : 230 courses au compteur. 3000 Km de course dans le désert, 7 marathons des Sables, La Mauritanienne (200 Km), La désert Cup (180 Km), 25 marathons meilleur temps 3h15'. Projet 2008 : marathon des sables pour ses 70 ans et pour 2009 la 555 (555 Km d'une seule traite).

Marc DUQUESNOY : Arbitre de football, vélo.

Maine et Loire :

Anne Laure GUIBERT : Basket et natation. Vélo course et VTT

Jean Claude PETITEAU : Jardinage, canoë kayak à Bouchemin (Maine et Loire).

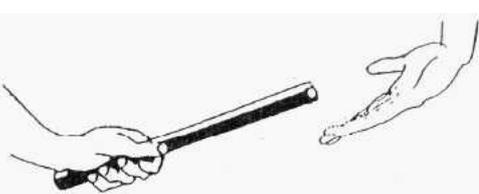
L' Eure : **Paule LONGUEPEE** : Responsable école de rugby (235 enfants) du rugby club de Vincennes. Chauffeur sur des meetings internationaux. Marches en montagne. -

Michel AUZOUX : Course à pied : Marathon 3h25, semi marathon 1h30. Entraîneur et joueur de foot. (Dernier match à 49 ans). Aujourd'hui, il a couru « royalement » 1 Km. -

Jean-Pierre LEFEVRE : amateur de pêche et de chasse. Bateaux à moteur.

Les Authentiques :

Jean-Pierre HOUVENAGHEL : Course à pied : 12 Km de Condé sur Sarthe. Vélo.



L'exercice est au corps ce que la lecture est à l'esprit. - anonyme -

AU PIED DU CHATEAU DE ST AMAND EN PUISAYE, L' EQUIPE VIP REMPORTE SA 8^{ème} VICTOIRE

RESULTATS

ETAPE MARSANNAY LA COTE ST AMAND EN PUISAYE

Classement de l'étape

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
13h13'11" 14,751 Km/h
2^{ème} L'Eure à 6'06"
3^{ème} Courir pour la Seine
Maritime à 27'06"
4^{ème} Maine et Loire à 1h38'03"
5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais
à 1h38'33"
6^{ème} Les Pétillants Champenois à
2h17'18"
7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 3h06'20"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Classement général

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
155h15'12" 14n901 Km/h
2^{ème} L'Eure à 42'06"
3^{ème} Courir pour la Seine
Maritime à 9h58'39"
4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais
à 21h18'09"
5^{ème} Maine et Loire à 23h20'03"
6^{ème} Les Pétillants Champenois à
24h47'42"
7^{ème} Courir pour la vie, courir
pour Curie à 38h25'36"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Excellent accueil à St Amand en Puisaye où Mme Odile DOREAU, maire de la ville, nous a reçus en présence de ses conseillers Jean-Claude ROGER, Sophie Lecoeur et Michel SEREIN.

Mme de MAURAIDE, conseillère générale était présente à cette manifestation.



Apéritif devant le château de St Amand en Puisaye XVI^{ème} siècle

Un vin d'honneur nous a été servi devant le Château et un bon repas a clôturé cette journée de course.

Chaque coureur a reçu une poterie en grès des Ateliers de Mauricette à St Amand en Puisaye.

L'organisation de LA FRANCE EN COURANT remercie Madame le Maire et l'ensemble de la municipalité pour leur chaleureuse hospitalité

Le mot d'André VOIRIOT :

Dans la 1^{ère} demi étape, la réplique des « Vipisters » ne s'est pas faite attendre : le parcours accidenté et tourmenté à souhait dans cette région du Morvan était propice à l'action.

Au gré des relais, l'avance maximale fut portée à plus de 12' peu après Saulieu sur l'équipe de L'Eure pour retomber à 6' à l'arrivée.

Dans ce contexte, les protagonistes de cette bagarre n'eurent d'ailleurs pas le temps de jeter un regard sur la carte des menus du restaurant très huppé de Bernard LOISEAU !

Dans la 2^{ème} demi étape, Eurois et Vipisters ayant décidé de faire course commune, ont donné l'occasion à l'équipe de Seine Maritime de passer la ligne d'arrivée en vainqueur.

Le mano à mano Maine et Loire, Sports Loisirs Aliermontais a encore tourné à l'avantage des premiers pour 30".

Vu et lu à DUN LES PLACES sur une plaque ancienne de l'une des deux colonnes situées devant l'église : la mendicité est interdite dans le département de LA Nièvre.

DEROULEMENT D'UNE ETAPE

21 h Départ de l'équipe des flécheurs.

2h 30 / 3h Départ des coureurs

3h Départ de la Roulante

5h Installation de la Roulante

6h à 8h Petit déjeuner

10h / 11h Arrivées à la 1^{ère} demi étape

11h 30 / 12h Départ pour la 2^{ème} demi étape

12h / 12h 30 Déjeuner de l'organisation

14h Animation musicale, courses enfants sur le lieu d'arrivée

16h30 Arrivée des coureurs

18h Proclamation des résultats, remise des prix

18h30 Réception

19h Briefing

19h 30 / 20h Dîner

21h à 24h (et au-delà) Rédaction du Témoin



En route vers Lormes, demi étape de ce jour

FLECHEURS

Hommage aux flécheurs, Roger NOLTE et Christian STIFFE qui fournissent un travail considérable avec une part de responsabilité non négligeable. Ils sont les éclaireurs de LA FRANCE EN COURANT.



Christian Stiffe et Sergey Bozenkov, les peintres du macadam

ACTIVITES PROFESSIONNELLES DES COUREURS

Agent de salubrité
Chimiste
Conseiller agricole
Kinésologue
Ouvrier hospitalier
Agent SNCF
Electricien
Agent technique EDF
Ambulancier
Relieur
Peintre en carrosserie
Conseiller commercial
Contrôleur
Chef boucher
Informaticien
Cuisinier
Ingénieur
Adjoint administratif
Enseignante
Laborantine
Attaché de direction
Agent communal
Surveillant
Eclusier
Secrétaire culturel
Régleur Offset
Médecin
Ouvrier d'usine
Opérateur polyvalent
Etudiant en architecture
Mécanicien d'entretien
Chauffeur-livreur

Professeur des écoles
Responsable météologie
Conducteur de travaux
Agent de production
Ouvrière de garnissage
Tourneur fraiseur
Auxiliaire spécialisé vétérinaire
Attaché d'administration
Plombier chauffagiste
Manutentionnaire cariste
Marâcher
Fonctionnaire territorial
Concierge
Mécanicien tôlier

★ AUJOURD'HUI

13^{ème} étape : St Amand en Puisaye (58) - Chartres (28)

Distance : 190 Km

Départements traversés : Nièvre, Cher, Loiret, Eure et Loir.

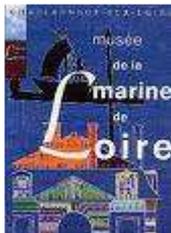
Pas de « départ en ville » ce matin de **St Amand en Puisaye** mais les relayeurs longent **La Vrille**, une rivière à truites qui serpente entre des rives verdoyantes et qui se jette dans la Loire à **Neuvy sur Loire**.

Passage rapide dans le Cher, à **Belleville sur Loire** et nous voici dans le Loiret à **Beaulieu sur Loire**, village perché sur un coteau dominant la vallée.



Poursuivant le long du canal latéral à la Loire et alors que le jour se lève, nous traversons **Châtillon sur Loire**.

En direction d'Orléans, les coureurs admirent la belle ville de **Sully sur Loire**, cité ligérienne dont la porte d'entrée est classée au Patrimoine mondial de l'Humanité. Rive droite de la Loire : **Châteauneuf** et son musée retraçant la prodigieuse aventure de La Marine de Loire.



Châteauneuf sur Loire

Contournement d'Orléans par le nord, passage à **Fay aux Loges** en lisière de la forêt d'Orléans et près du canal du même nom. C'est par une route forestière agréable que nous gagnons **Neuville aux Bois**, demi étape du jour où il faudra reprendre des forces pour parcourir les 73 derniers kilomètres de la journée. A 11h 45 le départ est donné. 15 Km après, en pleine Beauce, nous entrons dans l'Eure et Loir à **Toury**, patrie de Louis Blériot. De **Neuvy en Beauce** jusqu'à **Châtenay** nous empruntons la D 141 parallèle à l'autoroute A 10. Passage à **Denonville** et **Francourville**.



Château de Denonville

Dans la Beauce, à l'époque franque (Vè siècle - sous les mérovingiens, Clovis était le plus important des rois francs, 1^{er} roi chrétien de France), presque tous les villages ont une terminaison en « ville ».

Denonville, la ville de Denon - **Francourville**, la ville de Francour. Fin de l'étape à **Chartres**. Ville bénéficiant d'une renommée internationale grâce à sa cathédrale, la plus belle et la plus grande d'Europe, inscrite par l'UNESCO au Patrimoine mondial.



☀️ **DEMAIN**

14^{ème} étape : Chartres (28) - Bernay (27)

Distance : 142 Km

Départements traversés : Eure et Loir, Eure.

Départ fixé à 5 h. pour la plus courte étape de ce Tour (142 Km). Il fera jour lorsque nous quitterons **Chartres** et pourrons ainsi profiter du charme de la vallée de l'Eure jusqu' au village de **Coulombs**. Contournement de Dreux par le nord-est, passage à **Bû** et à **Anet** avant d'arriver dans le département de l'Eure.



L'Eure entre Anet et Ezy sur Eure

D'un coup d'ailles, les coureurs survoleront **Mouettes** et se poseront à **La Bonneville sur Iton** dernière demi étape de ce 19^{ème} Tour.

Les premiers Kms de la 2^{ème} demi étape s'égrèneront autour de Conches en Ouche avant que les coureurs franchissent La Risle à **Beaumont le Roger**.



Beaumont le Roger

Tout au long de la Charentonne, chaque coureur pourra méditer sur le bonheur ressenti lorsqu'il franchira la ligne d'arrivée à **Bernay**.

Le pain partenaire officiel du sportif



PAIN ET GASTRONOMIE, DES MARIAGES A L'INFINI

- Le pain complet est un régal avec gibiers, fromages à pâte molle ou à pâte fondue.

- Le pain aux 5 céréales est le partenaire idéal des terrines de gibier, des viandes marinées ou des poissons fumés.

- Le pain au son accompagne les pâtés et fromages à croûte.



MOMENT DE DETENTE



Tu n'as pas toutes les « ficelle » du métier et cela va te mettre dans le « pétrin ». Bien qu'étant une bonne « pâte », je n'ai pas réussi à « lever » le niveau de ce poste.

Et pourtant on m'a aidé : il y a eu les « religieuses », les « têtes de nègre », les « babas » cools . . . et ce n'est pas de la « tarte ».

JEUX DE MOTS

Tonté tatioté tatou
(ton thé t'a-t-il ôté ta toux ?)
Oui, monté maoté matou.

🌸 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌸

NEUVY SUR LOIRE (58) : 146 m
1394 habitants.



Bourg reconstruit après les bombardements de 1944. Château 15^{ème}. Belles maisons médiévales. Point de vue sur la vallée de la Loire.

BELLEVILLE SUR LOIRE (18) :
188 m - 1107 habitants. Vestiges gallo-romains avec thermes.

Deux châteaux 15^{ème} et 17^{ème}.
Eglise 12^{ème} reconstruite 15^{ème}.
Centrale électrique nucléaire.

CHATILLON SUR LOIRE (45) :
135m
3010 habitants. Maisons de vigneron 16^{ème} et 17^{ème} à pans de bois sculptés.



Issu d'une famille paysanne, Hailé court pour se rendre à l'école distante de 10 Km, puis court pour rentrer chez lui, développant ainsi des qualités aérobies. Il est le plus petit (par la taille) des champions ou recordman du monde.

Doté d'un finish exceptionnel et de son sourire perpétuel, il illumine les courses auxquelles il participe et qu'il gagne presque toujours.

Records :
5000 m : 12'44"39
10000 m : 26'43"53



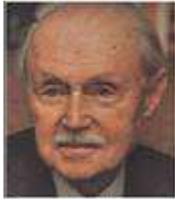
Pont sur la Loire 1841. Eglise St Maurice de style néo-gothique.

SULLY SUR LOIRE (45) : 120 m
5830 habitants.



Château Renaissance. Eglise St Germain avec la plus haute flèche en charpente de France. Fête de la St Hubert en novembre.

CHATEAUNEUF SUR LOIRE (45) : 105 m - 7032 habitants. Eglise St Martial. Musée de la marine de Loire.



Maurice Genevoix y passa son enfance.

LOURY (45) : 124 m - 2028 habitants. Château 17^{ème}. Moulin à vent de l'Épinay. Musée archéologique et artisanal.



Ronde de Bellevue 9,3 Km. 18.03.07

NEUVILLE AUX BOIS (45) : 128 m - 3972 habitants.



Eglise St Symphorien 16^{ème}. Foire aux boudins le 1^{er} dimanche de septembre. La devise de la ville : « Toujours jeune, jamais vieux ».

TOURY (28) : 134 m - 2706 habitants. Patrie de Louis Blériot. Pyramide à sa mémoire. Louis Blériot fit le 1^{er} vol entre Toury et Artenay en 1908.

PARC NATUREL REGIONAL DU VEXIN FRANÇAIS : Création du Parc : 9 mai 1995. 94 communes - 66000 hectares. Le « pain du Vexin » a rejoint les étals d'une boulangerie du Parc. Fabriqué à partir du blé Apache, d'un poids se

350 g, cette boule dorée et croustillante arbore une croix pattée, emblème du Vexin français.



Coteaux de la Seine, vallée du Sausseron, villages typiques, chaussée Jules César, autant d'idées de sortie qui satisferont tous les visiteurs.

LETHUIN (28) : 151 m - 161 habitants. Voie romaine Ablis-Orléans. Eglise St Gervais-et-St Protas 16^{ème}.

DENONVILLE (28) : 148 m - 686 habitants. Vestiges gallo-romains.



Château 18^{ème} en briques roses. Eglise St Léger remaniée 16^{ème}/18^{ème}.

SOURS (28) : 150 m - 2029 habitants. Ancienne commanderie de templiers. Château de La Vallée et de La Saussaye.



CHARTRES (28) : 142 m - 42059 habitants. Ville fleurie 3 fleurs.



Cathédrale Notre Dame 13^{ème}, joyau de l'art gothique, édifice majeur de l'art religieux en France.

Musée des Beaux-Arts, ancien évêché. Maisons canoniales.



Maison Picassiette



Maison du saumon

Vieux lavoirs au bord de l'Eure. Obélisque dédié à Marceau (1851).

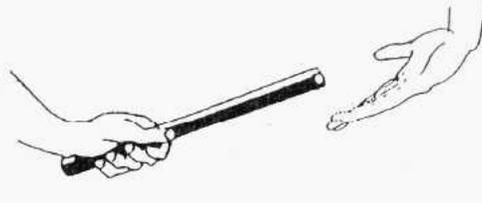


Les Foulées de la Cathédrale 9,3 Km le 23.06.2007

Comité d'Organisation de LA FRANCE EN COURANT

7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97

www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net



Maillots de course : seuls souvenirs de la jeunesse qu'on retrouve plus éclatants qu'on ne les imaginait. - Jean Giraudoux -

VIP TOUJOURS ET ENCORE MAIS SURTOUT CHAPEAU A L'EQUIPE DE L'EURE !

Le mot d'André VOIRIOT :

Dans cette première demi étape, la stratégie adoptée par les deux équipes de tête est toujours la même.

Suivant les groupes de coureurs en présence, l'écart se creuse et devient maximum aux alentours du petit déjeuner. Ce fut encore le cas lors de cette étape avec 13' entre eurois et vipister à la faveur cette fois, des premiers nommés.

Et puis au fur et à mesure de la progression des coureurs, vers Neuville les Bois en traversant cette campagne solognote, l'écart s'amenuise et la jonction s'opère au Km 98 aux Fées aux Loges situé peu après le lieu dit « vendredi ».

A l'arrivée, VIP distance l'Eure de 2'58".

La lutte entre ces deux équipes fut intense dès que la machine à courir VIP se met en action il ne reste plus qu'à essayer de résister le plus longtemps possible ce que firent les valeureux eurois.

Le vent et le soleil ne sont pas toujours des alliés efficaces en course à pied.

Dans la deuxième demi étape, le vent défavorable a quelque peu contrarié la progression des coureurs mais l'absence de soleil fut plutôt un avantage au regard de ces routes beauceronnes diminuées de tout ombrage.

La course cette fois fut menée de bout en bout par les Vipisters avec une avance de 7'26" à l'arrivée.

Encore une belle 4^{ème} place pour les Pétillants champenois.



Aucun remerciement à formuler en ce qui concerne l'accueil reçu à Chartres. A l'arrivée de cette étape nous n'avons aperçu l'ombre d'un élu communal ni celle d'un représentant de la boulangerie.

Du jamais vu, depuis que LA FRANCE EN COURANT existe !

LES BENEVOLES

Tous mettent leur énergie pour que vous, coureurs, puissiez vivre l'épreuve dans les meilleures conditions.

Certains travaillent dans l'ombre mais n'en sont pas moins efficaces.

Chacun d'entre eux a une tâche bien précise à effectuer et s'efforce de la réaliser au mieux.

Vous les avez côtoyés durant ces 14 jours et nous sommes heureux de vous les présenter un peu plus précisément :

LES CHRONOMETREURS, Officiels F.F.A.

André VOIRIOT, présent sur la FEC depuis 16 ans

Gérard GLATIGNY, accompagne André Voiriot depuis 5 ans



Gien

ITINERAIRE INFO

André Charrier, chargé du parcours et des relations avec les Préfectures.

RELATION MEDIAS

Daniel MATTARD
Patricia VALOGNES



Abdel Yahiaoui

LES FLECHEURS

Christian STIFFE et Roger NOLTE (voir Témoin n°161)

MONTAGE ET DEMONTAGE DES STANDS ET DES STRUCTURES GONFLABLES

Ils font partie de ceux qui travaillent dans l'ombre :
Christian DESCRETTES, Romain DUPUIS, Raymond AUPY, Jean-Louis GORGES

LA ROULANTE

Le Resto ambulant de la FEC
Micheline et Claude GOUMEAUX, Joël NIVOIS, Marcel GODEFROY, Yves BOIVIN, Pierre BERRIER

ROULANTE N° 2

Jean-Louis GORGES et Martine BOUTRY

LE STAFF MEDICAL

Michaël BOUCHEMIT, Médecin
François DUMONT, Infirmière
Jean-Paul GALLARD, Kiné
Laurence BARROT, Podologue
Irène COLOMB,, Podologue

LES BOULANGERS

Roger GUIARD, minotier
Marcel LIOT, boulanger
Yves FOURMON boulanger-Animation.



Chocho et son équipe sont sur la bonne voie de la victoire

L' ANIMATION

Claude ROUSSIN, professionnel de l'animation
Claude BLONDEL, Chanteur
Raymond AUPY, animation Enfants
Romain DUPUIS, animation Village

ANIMATION STANDS VILLAGE

Isabelle SOURDON, stand Maillots
Pierre HOUSSAYE, Bernard CHARBONNEAU, Bernard CROMBEZ, stand normand.
Chantal CONNAC, stand Ligue contre le cancer



Demi étape à Neuville aux Bois

STAND CONSEIL GENERAL

DE L'EURE tenu par :
Mathieu COFFI
Sébastien THIBOUT

POINT INFO

Michèle BOIVIN
Pierre CONNAC

L'ensemble dirigé sous la baguette « de pain »
d'André SOURDON
Président de l'Association LA FRANCE EN COURANT

* * * * *

CEUX QUI ONT EU LE MERITE DE COMPOSER UNE OU PLUSIEURS EQUIPES

Gérard GLATIGNY : Equipes Courir pour la Seine Maritime et Sports Loisirs Aliermontais

André CHARRIER : Courir pour la Charente Maritime
Mohamed CHIEB et Franck TRIFFAULT : Courir pour le Maine et Loire

Dominique CHAUVELIER : VIP Endurance 72 Adidas

Alain SIMONET : Les Pétillants Champenois

Irène MAZIER : Courir pour la vie, courir pour Curie

Michel AUZOUX : Equipe de l'Eure

* * * * *

RESULTATS

ETAPE ST AMAND EN PUISAYE - CHARTRES

Classement de l'étape

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
11h55' 15,818 Km/h
2^{ème} L'Eure à 10'24"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime
à 1h35'44"
4^{ème} Les Pétillants Champenois à
2h22'28"
5^{ème} Sports Loisirs Aliermontais
à 2h34'56"
6^{ème} Maine et Loire à 3h17'37"
7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 3h57'26"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Classement général

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas
167h10'12" 14,967 Km/h
2^{ème} L'Eure à 52'30"
3^{ème} Courir pour la Seine Maritime
à 11h34'23"
4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais
à 23h53'05"
5^{ème} Maine et Loire à 26h37'40"
6^{ème} Les Pétillants Champenois à
27h10'10"
7^{ème} Courir pour la vie, courir pour
Curie à 42h23'02"
Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques



AUJOURD'HUI

14^{ème} étape : Chartres (28) -
BERNAY (27)
Distance : 142 Km
Départements traversés : Eure
et Loir et Eure.

Grasse matinée aujourd'hui, le
départ n'est donné « qu'à »
5 heures.

Tiens, un coq pousse son
« cocorico », à moins que ce ne
soit **Jean-Pierre Guillaume** !
Traversée de **Jouy** dans la vallée
de l'Eure (**Jouy** s'appelait
originellement « Gaugiacum », ce
qui signifie « lieu plaisant »).
Dolmens et menhirs sont visibles
à l'entrée de **Maintenon** sur le
site archéologique de Changé.
Le château de **Maintenon** fut
construit par Jean Cottereau,
trésorier de France sous
Louis XI.
Passage à **Coulombs**, **Marolles**,
Berchères sur Vesgre (où réside
occasionnellement le mime
Marceau).



Forêt de Dreux

A **Anet**, en lisière de la forêt de
Dreux, nous retrouvons la vallée
de l'Eure pour entrer dans le
département du même nom.
Traversée de la Forêt d'Ivry et
arrivée à **St André de l'Eure**.
Après un temps de repos bien
mérité à la demi étape de **La
Bonneville sur Iton**, c'est le
sprint final vers l'arrivée.



La distance d'un marathon sépare
La Bonneville sur Iton à **Bernay**.
Passage en zone forestière lors
de l'arrivée à **Beaumont le
Roger**. La route paisible longeant
les berges de la Charentonne nous
conduit à **Bernay**.



Lavoir sur la Charentonne

DEMAIN

Retour au bercail.
A l'année prochaine, POUR LA
20^{ème} EDITION DE LA FRANCE
EN COURANT.

UN TOUR
EXCEPTIONNEL !

**BRAVO A TOUTES ET A
TOUS !**

PAIN ET GASTRONOMIE, DES MARIAGES A L'INFINI

- Le pain aux noix reste le meilleur allié des salades, poulet ou fromages à pâte molle.
- Le pain au lard est le chevalier servant des omelettes et des salades.

Le pain partenaire
officiel du sportif



MOMENT DE DETENTE

Un ours entre dans une
boulangerie et demande un pain au
chocolat.
Le boulanger lui dit :
- Je n'ai que des croissants.
- C'est pas grave, je suis en
scooter.

JEUX DE MOTS

Sol facile à cirer si la cire est dorée.



COUREUR ILLUSTRE

Abebe BIKILA :

Abebe Bikila est né en Ethiopie le 7 août 1932, le jour même où eut lieu le marathon des Jeux Olympiques de Los Angeles. Vingt-huit ans plus tard, en 1960, l'Ethiopien participait au marathon des Jeux de Rome.



Bikila, qui courait pieds nus, décida, avec son entraîneur Onni Niskanen, d'attaquer à un peu plus d'un kilomètre de l'arrivée. A cet endroit précis, les marathoniens passaient devant l'obélisque d'Axoum, un monument qui avait été pillé par les troupes italiennes et ramené d'Ethiopie à Rome. Lorsque Abebe Bikila atteignit l'obélisque, il était au coude à coude avec le Marocain Rhadi Ben Abdesselem. Mais Bikila parvint à distancer son adversaire,

franchissant la ligne d'arrivée avec 200 mètres d'avance. Bien que personne n'eût jamais remporté le marathon deux fois de suite jusqu'alors, l'Ethiopien décida de concourir à nouveau aux Jeux Olympiques de 1964 à Tokyo, et ce malgré une appendicectomie subie 40 jours avant la compétition. Mais, cette fois, c'est avec des chaussures aux pieds qu'il prit le départ. Abebe Bikila se détacha nettement à mi-parcours et, continuant sur sa lancée, remporta le marathon avec plus de quatre minutes d'avance sur ses poursuivants, en un temps record de 2:12:11.2.

🌸 AH QUE LA FRANCE EST BELLE ! 🌸

MAINTENON (28) : 120 m - 4440 habitants. Restes de l'aqueduc inachevé que Louis XIV fit construire pour amener l'eau de l'Eure jusqu'au Château de Versailles.



LES BAUX STE CROIX (27) : 154 m - 1046 habitants. Alignement de 3 menhirs. Eglise Ste Croix (16^{ème}). Forêt d'Evreux.

LA BONNEVILLE SUR ITON (27) : 85 m - 2874 habitants.



Château construit sous Henri II (1547-1555) pour Diane de Poitiers. Promenade au bord de l'Eure.

SAUSSAY (28) : 60 m - 992 habitants.



Château acheté par Madame de Maintenon au prix de 150000 F.

BU (28) : 137 m - 1717 habitants. Eglise Notre Dame 13^{ème}/16^{ème}.



Château. Eglise St Pierre. Vallée de l'Eure. Fabrique de peignes.

ANET (28) : 92 m - 2651 habitants.

Grange d'imière. Eglise St Pierre 13^{ème}/18^{ème}. Confluent de l'Iton et du Rouloir.

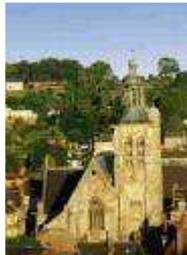
BEAUMONT LE ROGER (27) :
80 m - 2874 habitants. Ville
sinistrée à 60 % pendant la
seconde guerre mondiale. Eglise
St Nicolas 12^{ème}/17^{ème}. Vallée de la
Risle. Source de l'Abyme.

SERQUIGNY (27) : 105 m -
2053 habitants. Située au
confluent de la Risle et de la
Charentonne, nichée dans une
vallée verdoyante.



Les 10 Km de Serquigny le
14.10.2007

BERNAY (27) : 108 m - 11620
habitants.



Ville fleurie 3 fleurs. Logis
abbatial aujourd'hui musée. Hôtel
de ville et Tribunal: anciens
bâtiments abbatiaux 17^{ème}. Ancien
hôtel de la Gabelle 18^{ème} (école de
musique). Eglise Ste Croix
14^{ème}/15^{ème}/16^{ème}/17^{ème}. Basilique
Notre Dame de la Couture
Promenade des Monts. Confluent
de la Charentonne et du Cosnier.



Le Trail des Bipèdes
Bernayens 15,5 Km le 30.09.2007



Irène Mazier et Claude Bonnier



Pascal Prud'Homme



Philippe Paolini et Daniel Janiw



**Pierre Riou, patron de VIP
encourage J.Claude Deniz et
Bertin Tacite**

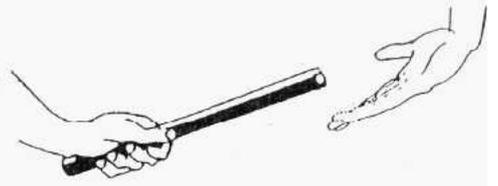


Gwaenael Courvallet

**Comité d'Organisation de
LA FRANCE EN COURANT**

**7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97**

**www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net**



Economiser ses forces et son souffle avec assez d'adresse pour arriver jusqu'au but.

AUJOURD'HUI LE SPRINT FINAL AVEC A LA CLEF LA VICTOIRE DE V.I.P. Endurance 72 Adidas, MAIS QUE DE CHAMPIONS SUR LA LIGNE D'ARRIVEE !

ETAPE CHARTRES - BERNAY Le mot d'André VOIRIOT



Un chronométreur écrivain

Pour cette ultime journée, l'équipe de l'Eure avait décidé d'ouvrir les hostilités dès le départ de cette première demi étape en faisant participer les 8 coureurs.

Dès les premiers kilomètres, les eurois se détachent. Bien leur en

prennent, d'autant que les jambes des Vipisters étaient lourdes ce matin.

En attendant le passage des coureurs, pour un pointage au 25^{ème} Km, de joyeux plaisantins

ont changé le sens d'une phrase inscrite sur le fronton d'un abri-bus du Conseil Général de l'Eure et Loir (**Le Conseil Général vous abrite**) en supprimant quelques lettres pour devenir « LE CON VOUS BITE » ... avec mes excuses pour cette dénomination !

Chemin faisant, l'écart grandit entre les deux premières équipes. Entre elles, les Seinomarins ont décidé eux aussi de se mêler à la bagarre.

Le jour se pointant, les **CHANDELLES** n'étaient plus



Claude Roussin a animé LA FRANCE EN COURANT

nécessaires pour vérifier que les Vipisters commençait à couler à ... **COULOMBS**.

Au 72^{ème} Km, les **MOUETTES** euroises prennent leur envol avec un écart maximum de 9' sur Seine Maritime et 12' 50" sur les Vipisters et à partir de ce moment là, plus besoin de **JUMELLES** pour distinguer les différents compétiteurs.

A **BONNEVILLE SUR ITON**, terme de cette demi étape, les eurois franchissent la ligne d'arrivée avec 11'14" sur VIP et 14'19" sur Seine Maritime. Une foule de Bonnevillois les attendait impatiemment.



Irène Colomb est à pied d'œuvre

PAIN ET GASTRONOMIE, DES MARIAGES A L'INFINI

- Le pain paysan va très bien avec les charcuteries, les volailles, les viandes rouges, le lapin, les fromages.

- Le pain aux oignons ne peut se passer des soupes, viandes froides et des brochettes.

Le pain partenaire officiel du sportif



Nous avons remarqué la présence à Bernay de Nadine FAURE.

Nadine a animé la FRANCE EN COURANT en chantant durant 6 années de 1997 à 2002.

Une goutte de nostalgie perlait sur son visage lorsque les coureurs franchissaient la ligne d'arrivée . . .

Madame BUREY, elle non plus n'a pas manqué le rendez-vous de Bernay. Que d'années a-t-elle consacré à cette belle épreuve dont elle a été une cheville ouvrière précieuse.

RESULTAT FINAL

ETAPE CHARTRES - BERNAY
28 Juillet 2007

Classement de l'étape

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas

9h10'27" 15,805 Km/h

2^{ème} L'Eure à 35'58"

3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 50'53"

4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 2h18'36"

5^{ème} Maine et Loire à 2h41'32"

6^{ème} Les Pétillants Champenois à 2h57'59"

7^{ème} Courir pour la vie, courir pour Curie à 3h04'44"

Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Classement général

1^{er} VIP Endurance 72 Adidas

176h20'39" 15,010 Km/h

2^{ème} L'Eure à 1h28'28"

3^{ème} Courir pour la Seine Maritime à 12h25'16"

4^{ème} Sports Loisirs Aliermontais à 26h11'41"

5^{ème} Maine et Loire à 29h19'12"

6^{ème} Les Pétillants Champenois à 30h08'09"

7^{ème} Courir pour la Vie, courir pour Curie à 45h27'46"

Courir pour la Charente Maritime
Les Authentiques

Un grand merci à la ville de SERQUIGNY pour le généreux ravitaillement offert aux coureurs. Une initiative très appréciée.



COUREUR ILLUSTRE

Alberto SALAZAR :

Américain né le 07.08.1958

Palmarès 1979 - 1984

Recordman du monde de marathon de 1981 à 1984.

Records :

1500 m : 3' 44" 56" (1979)

3000 m : 7' 43" 79 (1979)

5000 m : 13' 11" 93 (1982)

10000 m : 27' 25" 61

Marathon : 2h 08' 13" (1981)



Athlète volontaire et orgueilleux, il voulait être le plus fort dans toutes les disciplines de la courses à pied : piste, cross, marathon. Il finit par se blesser en 1985 aux genoux et au tendon d'Achille et fut opéré. Il a également souffert d'une anémie en 1984.



MOMENT DE DETENTE

C'est un fou qui rentre dans une boulangerie et en sortant tape son pain contre le mur.

Un passant arrive et lui demande :

- Que faites-vous ?

Il répond :

- Je casse la croûte.

JEUX DE MOTS

- Cent sangsues sans sang sucent son sang.

- Suis-je chez ce cher Serge ?

L'ORGANISATION VOUS

REMERCIÉ DE VOTRE

PARTICIPATION ET VOUS

SOUHAITE UN BON RETOUR

CHEZ VOUS.

LA FRANCE EN COURANT
2007 EST TERMINEE VIVE LA
FRANCE EN COURANT 2008 !



V.I.P.



L'Eure se classe second à Bernay



Pierrot et Chantal



Seine Maritime 3^{ème} à Bernay



Le Triangle de la Beauce



Odile Poupard



Les « VIP » arrivent à Bernay

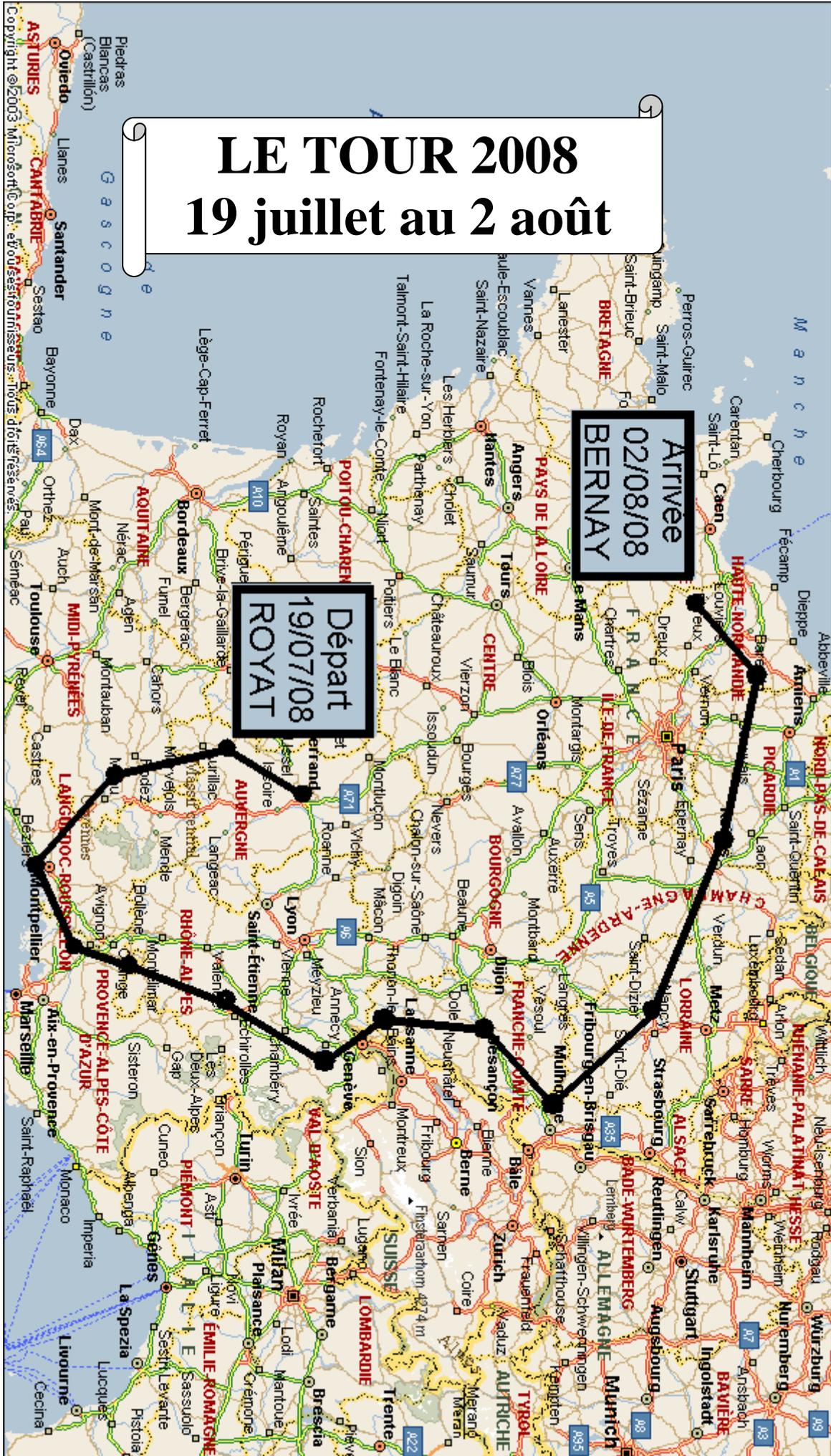


Ravitaillement à Serquigny

Comité d'Organisation de
LA FRANCE EN COURANT
7, Résidence Epervier
27300 - MENNEVAL
Tél. 02 32 43 35 97
www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net

LE TOUR 2008

19 juillet au 2 août



Départ
19/07/08
ROYAT

Arrivée
02/08/08
BERNAY

LA FRANCE EN COURANT 2007 - 19^{ème} EDITION

14 - 28 Juillet 2007

LISTE DES EQUIPES

1 - LES PETILLANTS CHAMPENOIS

Maillots bleu et blanc
Shorts noir et bleu

11	Alain SIMONET	53 ans	Capitaine
12	Dominique SIMONET	42 ans	
13	Nadine MAIRE	45 ans	
14	Bernard LEBRUN	48 ans	
15	Abdel YAHIAOUI	46 ans	
16	Bruno KUBIAK	45 ans	
17	Daniel JANIW	40 ans	
18	William PALMEN	29 ans	Capitaine adjoint

Moyenne d'âge : 43,5 ans

Chauffeurs : Sylvie DEICHELBOHRER, Alexandre BERTOIS,
Lucien RAIMOND (dit Lulu), Denis STIAK

2 - COURIR POUR LA VIE, COURIR POUR CURIE

Maillots gris clair
Shorts noir

21	Christian GUERINIER	35 ans	Capitaine
22	Sylvette MOUCHARD	55 ans	
23	Irène MAZIER	49 ans	
24	Thierry BESNARD	53 ans	
25	Yannick CHAUVEAU	42 ans	
26	Patrick MAZINGUE	49 ans	
27	Jean-Luc NOUGAROU	55 ans	
28	Jacques de ROQUEFEUIL	52 ans	

Moyenne d'âge : 49 ans

Chauffeurs : Annie NIVOIT

3 - V I P Endurance 72 Adidas

Maillots vert
Shorts noir

31	Dominique CHAUVELIER	51 ans	Capitaine
32	Laurence FRICOTTEAUX	38 ans	
33	Gwenaëlle CHARDRON	32 ans	
34	Hamid BELHAJ	39 ans	
35	Marcel GUERINEAU	57 ans	
36	Eric MORICEAU	48 ans	
37	Martial CHARDRON	40 ans	
38	Philippe THOMMERET	45 ans	

Moyenne d'âge : 44 ans

Chauffeurs : Dominique CHAUVELIER, Eric MORICEAU

4 - COURIR POUR LA CHARENTE-MARITIME

Maillots bleu

Shorts bleu

41	Christophe MORVAN	35 ans	Capitaine
42	Odile POUPARD	54 ans	
43	Anne Lise ROCHER	27 ans	
44	Pascale ROTSAERT	41 ans	
45	Hélène ROUET	47 ans	
46	Sergey BORZENKOV (Père)	47 ans	
47	Philippe ORTSCHIEDT	56 ans	
48	Christophe DAVID	40 ans	

Moyenne d'âge : 43 ans

Chauffeurs : Jean-Claude RENAUD, Pierre PAYET

5 - COURIR POUR LA SEINE-MARITIME

Maillots rouge et orange

Shorts rouge et orange

51	Guy GRICOURT	51 ans	Capitaine
52	Mariline BENESTON	50 ans	
53	Philippe CATEL	38 ans	
54	Jacky BOUTEILLER	48 ans	
55	Bruno LEJEUNE	36 ans	
56	Johan BEAUVAL	32 ans	
57	David GAIGNE	33 ans	
58	Jean-Pascal HEBERT	49 ans	

Moyenne d'âge : 42 ans

Chauffeurs : Gérard MACQUET , Bernard DUVIVIER, Yves LEGENDRE

6 - SPORTS LOISIRS ALIERMONTAIS

Maillots jaune, bleu et blanc

Shorts jaune, bleu et blanc

61	Bruno MANGARD	39 ans	Capitaine
62	Véronique GUENIN	47 ans	
63	Jean-François BOUGON	57 ans	
64	Maxime BOURSIER	23 ans	
65	Bertrand BRINDEL	57 ans	
66	Nicolas GAMELIN	47 ans	
67	Franck SIMON	42 ans	
68	Jean-Claude THIENARD	60 ans	

Moyenne d'âge : 46,5 ans

Chauffeurs : Yves LEGENDRE, Marc DUQUESNOY

7 - MAINE-ET-LOIRE

Maillots blanc

Shorts noir

71	Mohamed CHIHEB	34 ans	Capitaine
72	Claude BONNIER	63 ans	
73	Franck TRIFFAULT	32 ans	
74	Patrice BRANCHEREAU	37 ans	
75	Nezir MUJIC	38 ans	
76	Philippe PAOLINI	52 ans	
77	Pascal PRUD'HOMME	32 ans	
78	Jean-Marie ROCARD	35 ans	

Moyenne d'âge : 40,5 ans

Chauffeurs : Anne Laure GUIBERT , Jean-Claude PETITEAU

8 - L' EURE

Maillots blanc et rouge
Shorts rouge

Capitaine : Michel AUZOUX

81	Michaël BOUCHEMIT	48 ans
82	Zahia JORY	36 ans
83	Guy BESNARD	50 ans
84	Jean-François GALLAIS	45 ans
85	Jean-Claude DENIZ	38 ans
86	Jean-François HOMMET	41 ans
87	Bertin TACITE	48 ans
88	Gwaenael COURVALLET	32 ans

Moyenne d'âge : 42 ans

Chauffeurs : Paule LONGUEPEE , Michel AUZOUX,
Jean Pierre LEFEVRE

9 - LES AUTHENTIQUES

91 Jean-Pierre GUILLAUME
92 Sergey BOZENKOV (Fils)
93 Bruno PASQUIERS
Chauffeur : Jean-Pierre HOUVENAGHEL

LA FRANCE EN COURANT
7, Résidence Epervier
Tél. 02 32 43 35 97
www.lafranceencourant.org
france.courant@laposte.net

UNE PENSEE DE JO GESLIN POUR LES CHAUFFEURS

Jo Geslin a participé plusieurs fois à LA FRANCE EN COURANT comme Capitaine et coureur de l'équipe de CHARENTE MARITIME. Voici ce qu'il nous relate :

Le chauffeur c'est . . . la « Nounou » de l'équipe.

Les coureurs doivent courir le plus vite possible et . . . récupérer.

Pendant ce temps le chauffeur conduit en souplesse pour ne pas réveiller le coureur qui dort, puis suivre le fléchage, regarder le compteur kilométrique et accessoirement observer le paysage.

A ce propos, il semble que chauffeurs ou coureurs s'égarer plutôt le jour, car la nuit ils cherchent les flèches. Dès que le jour paraît, le chauffeur est plus distrait et peut ne pas voir une flèche. Le coureur cherche l'ombre ou l'abri du vent et il n'est pas toujours du bon côté pour voir le fléchage. De plus il va très vite . . .

Il est dommage de s'égarer, pour la perte de temps, mais surtout pour l'énerverment généré et l'ambiance désagréable qui peuvent perturber la journée entière.

Attention, le chauffeur doit être très attentif, étudier le parcours afin de pouvoir informer le coureur sur les difficultés à venir : changement de direction, relief, agglomérations à traverser ... etc

Le chauffeur doit se soucier de son coureur et ne pas le laisser derrière à l'aventure.

Lors du relais, le coureur a besoin de s'étirer. Pendant ce temps, le chauffeur regarde le remplaçant foncer sur le bitume. S'il se présente un changement de direction, une agglomération, un rond-point, il le rattrape et reste en vue du coureur pour le diriger et lui faire gagner du temps.

Le chauffeur doit aussi s'arrêter en toute sécurité au kilomètre souhaité pour le coureur car il a un temps de référence. Il râle si il y a quelques hectomètres en plus, mais il faut les faire les 200 Km/jour, alors un peu plus . . . ou un peu moins, si il y a une bonne grimpe ! . . .

Bien sûr, le chauffeur veille à faire le plein de gaz oil et prévoit le ravitaillement la veille à la ville étape.

Il est aussi très important d'être au lieu et à l'heure fixés pour la relève : les coureurs qui sont partis les premiers vers 2 h. ont hâte d'être relevés quand arrive l'heure du petit déjeuner. C'est primordial de respecter la relève pour créer une confiance et une bonne ambiance dans l'équipe.

Dur de courir la nuit et le jour et . . . le chauffeur ! Toujours conduire et créer l'ambiance pour que tous vivent une aventure mémorable.

BRAVO ET BON TOUR 2007 !

Jo GESLIN

LA FRANCE EN COURANT

Paroles et musique de Claude Blondel



I

Dans la ville de Bernay
Il y a un boulanger
Qui eut une idée folle
Pour maintenir la forme
Partir à l'aventure
Pour parcourir la France
Ce qui ressemble beaucoup
A une transhumance.
Les montagnes, les vallées
Rien ne fut oublié
Que du courage fallait
A ces coureurs à pied
Malgré toutes les blessures
Qu'ils ont dû endurer
Pendant ces quinze journées
Nous n'oublierons jamais
L'ambiance et l'amitié
Que le sport doit créer

II

Il faut de la prévoyance
Et beaucoup d'endurance
Pour tous ces bénévoles
Qui assurent l'intendance
Il y a la Roulante
Parfaite et compétente
Qui prépare le petit déj !
Avec beaucoup d'ambiance
Et tout l'après midi
Comparable à un cirque
Sur la place des villages
Ou bien tout près du stade
Les chapiteaux se montent
Les enfants se défoncent
Pour devenir des champions
Au rythme des flonflons
Les maillots et le pain
Font notre promotion



Refrain

Courir, courir
C'est la devise
De ces coureurs remplis d'ardeur
La France en Courant
C'est une expérience
Inoubliable et enrichissante

Refrain

Vous avez aimé
J'en suis persuadé
Ce jour passé
En toute amitié
Et si vous voulez recommencer
Le plus tôt possible
Allez voir Dédé !