



BRAVO LES CHAMPIONS !!!



Jamais depuis sa création, La France en Courant n'avait réuni autant de champions dans une seule édition. Des athlètes de haut niveau qui ont fait honneur à leur réputation par leurs qualités physiques et morales. Mention particulière, bien sûr, à l'équipe Back Europe et à son capitaine **Hamid Bellaj** vainqueur de cette 22^{ème} édition.

Véritable cheville ouvrière Hamid, champion de France de semi et vice champion de France marathon en 2003 a fait appel à ses amis pour constituer cette équipe.

Kamel Kohil, 39 ans, a représenté son pays l'Algérie aux J.O. de Sidney où il termina 23^{ème}. Plusieurs championnats du monde des 10000 à son actif et un titre de champion de France semi-marathon en 1995 « *La FEC est une bonne expérience qui m'a aidé à être plus fort mentalement, j'ai apprécié cette saine concurrence et adoré l'ambiance familiale. Chapeau à l'organisation et merci aux bénévoles.* »

Tehami Abbas, 47 ans, est vice champion de France de cross en 2010 et a couru le 3000 mètres plat en 8'11'' « *La FEC est une bonne préparation physique pour les courses à venir.* » Pour celui qui a visité 147 pays avec ses multiples courses à travers le monde : « *J'ai découvert la France grâce à votre épreuve.* »

Ludovic Dilmi gérant de société de 45 ans est vice champion de France des 24 heures avec 234,4 kms et a couru 100 kms en 7h34 « *On a joué à fond la compétition et notre objectif est atteint... mais la FEC est relativement difficile à cause du manque de sommeil ; Il faut gérer les relations humaines, compenser les blessures nous avons monté l'Iseran à 3... Il n'est peut-être pas nécessaire de faire des étapes de 200 kms tous les jours... et puis c'est mieux les arrivées dans les villages !!!* » **Vincent Lejude** 40 ans militaire est cuisinier à la base de Tours « *Je suis un ancien sprinter de 400 et sur la FEC je fais des 1000, le manque de sommeil et la gestion de la nourriture posent problème mais c'est une bonne expérience à vivre.* »

Prof d'EPS **Sylvain Mouquet** 39 ans (2h27 à La Rochelle et 4^{ème} au Mont St Michel en 2h27) souligne le rôle d'Hamid « *Ses conseils ont été très utiles, c'est le sommeil qui est difficile à gérer mais le côté relais m'a beaucoup plu.* »

Médecin franco libanaise de 40 ans **Gloria Nasr** a couru le marathon des Sables « *C'est grâce à Hamid que je suis là et je ne le regrette pas... Bien sûr c'est difficile et moi qui suis habituée à vivre dans un certain confort, j'ai dû m'adapter mais je ne regrette rien... au contraire j'ai découvert la France mais aussi la course en relais. C'est vrai qu'il faut gérer le sommeil et la nourriture mais ça va me servir...* » En effet Gloria veut courir pour la paix au Liban et au Moyen-Orient et elle envisage de relier les 5000 kms de Paris à Beyrouth à raison de 50 kms/jour ; Pour en savoir plus www.parisbeyrouth-en-courant.com.

Déjà 2 fois vainqueur avec VIP, **Hamid Bellaj** décroche une nouvelle victoire avec Back Europe (fournisseur en matières premières en boulangerie pâtisserie) « *Je retiens d'abord la bonne humeur sur la course et surtout la disponibilité et la gentillesse des bénévoles envers les athlètes, ça fait plaisir et c'est rare sur une épreuve. L'osmose s'est faite dans mon équipe et je les félicite tous pour avoir réussi ce grand chelem... Je reviendrai !!* »

RESULTATS

13^{ème} étape 192,500 kms

Onzain-Mortagne au Perche

1^{er} Back Europe 12h12'47 (15,76 km/h) - 2^{ème} Team Défense

12h30'50 (15,38 km/h) - 3^{ème} CG 27

13h04'55 (14,71 km/h) - 4^{ème}

Chambre de métiers et de

l'artisanat 13h28'15 (14,29 km/h) -

5^{ème} Paté Divo 13h34'15 (14,18 km/h)

- 6^{ème} Riou Glass Endurance 72

14h25'04 (13,35 km/h) - 7^{ème} CPLV

15h30'26 (12,41 km/h) - 8^{ème}

Boulangier du Maine et Loire

17h22'45 (11,07 km/h)

Classement général

2423,400km parcourus

1^{er} Back Europe 155h50'41 (15,55

km/h) - 2^{ème} Team Défense

158h 53'13 (15,25 km/h) - 3^{ème}

Chambre de métiers et de

l'artisanat 166h29'28 (14,55 km/h) -

4^{ème} Conseil général de l'Eure

171h20'36 (14,14 km/h) - 5^{ème} Paté

DIVO 181h36'01 (13,34 km/h) - 6^{ème}

Riou Glass Endurance 72 194h59'14

(12,42 km/h) - 7^{ème} CPLV

200h44'03 (12,07 km/h) - 8^{ème}

Boulangerie pour le Maine et Loire

222h51'25 (10,87 km/h)

L'EQUIPE PREFEREE DES COUREURS

Comme les 3 mousquetaires, elles sont 4 au service médical et font un travail remarquable apprécié de tous les coureurs. Des compétences professionnelles doublées de qualités humaines qui font l'unanimité au sein de toute l'organisation.

Présentons d'abord un... absent Jean-Paul Galard qui nous a rejoints jeudi à Onzain. Le kiné de Redon a rencontré Dédé dans le Hoggar algérien. « *Je l'ai revu sur d'autres courses en Russie et à chaque fois il me parlait de sa France en courant.* » Jean-Paul est un



fidèle de la FEC et il a amené voici 2 ans avec lui 2 élèves de l'école de kiné de Rennes : **Claire Rigollé** et **Hélène Le Roux**. Elles ont obtenu leur diplôme en 2009 et travaillent désormais, Claire au CHU de Rennes et Hélène dans un cabinet de la capitale bretonne. « *La FEC, c'est toujours aussi bien ...* »

C'est au stand de l'association nationale des podologues du sport à Marathon expo en 2004 que nous avons trouvé **Laurence Guinet-Baraut**. Séduite par le challenge, Lolo est venu pour voir et elle est tombée sous le charme. C'est désormais une figure incontournable de la FEC. Elle a été présidente de l'A.N.P.S et demeure podologue de la FFA. Laurence a été à l'origine de l'équipe Courir pour le Maine et Loire et elle nous a permis de faire 2 fois étape à Thouarcé, la commune où elle est installée. Des arrêts mémorables.

Laurence a amené voici 6 ans une collègue de la Loire **Irène Ollier** « *Je reviens pour l'ambiance, c'est extraordinaire de vivre*

ça !! » La FEC a changé le destin d'Irène puisqu'elle y a rencontré **Christian Guérinier** de l'équipe Courir pour la Vie et qu'ils filent désormais le parfait amour. « *Guégué* » a quitté Vernon pour Andrézieux Bouthéon où Irène nous a permis de faire étape cette année.

Toutes les 4 se réjouissent qu'il n'y ait pas eu trop de casse durant cette FEC « *Nous avons fait beaucoup de préventif la première semaine et cela a été payant !!!* »

Pour être complet signalons que tout le service médical vient bénévolement sur La France en Courant. A l'heure où le fric envahit tout et gangrène de plus en plus le monde du sport, cette générosité mérite d'être soulignée.

LE LEVER DE SOLEIL DES PITCHOUNES

Touchée au cœur en voyant à la télé une émission sur les enfants victimes d'une maladie orpheline, **Sylvie** a décidé de consacrer sa vie à aider ces enfants malades et leurs familles. Pour cela, elle a créé une association « **le lever de soleil des pitchounes** » car comme elle l'explique « *Le soleil qui se lève c'est symbole d'espoir* ». Avec beaucoup de courage et de volonté et malgré une santé défaillante, Sylvie multiplie les actions dans les médias mais aussi sur les fêtes et dans les salons pour réunir des fonds. C'est ainsi qu'elle a rencontré Dédé à Marathon Expo Porte de Versailles et que nous la retrouvons sur le village de la FEC « *C'est une drôle d'expérience que je vis depuis 2 semaines mais pour ces enfants malades il faut faire le maximum* »

Sylvie remercie les boulangers présents à Loubeyrat qui ont offert 100 € à l'association et tous ceux et celles qui la soutiennent dans son combat. Un combat raconté sur une double page du magazine Maxi de début juillet.

Pour en savoir plus

www.leleverdesoleildespitchounes.org Tél 06 34 55 88 88





Reviens, tu as oublié le



Luigi mène la danse



Chapeau la présidente



Romain assure les courses des enfants



Les jeunes du Conseil Général de la Sarthe
ont offert des pâtes à tous les coureurs



Drôle de rencontre sur la FEC

...