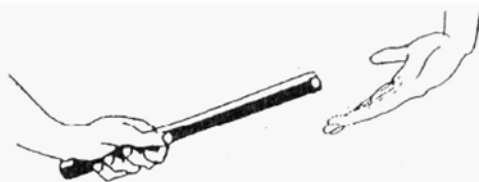




Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

N° 332

Samedi 13 juillet 2019

Mauguio : PROLOGUE DE 9 KM

Départ : 16h

La 31^{ème} édition de LA FRANCE EN COURANT est dans les blocs de départ.

Les équipes présentes :



COURIR POUR LA VIE
COURI POUR CURIE



TEAM CAP MMELGUEL



RUNNINGS PINTJES



LES PETILLANTS
CHAMPENOIS



RIOU GLASS - RUN&FREEDOM



TEAM DEFENSE - ARMEE DE
TERRE



EQUIPE DE L'EURE



BACK EUROP



EQUIPE MONTPELLIERAINE
montpellieraine



Le général Elrick
IRASTORZA
Pose avec l'équipe
TEAM DEFENSE

PODIUM
TEAM
DEFENSE

RIOU
GLASS

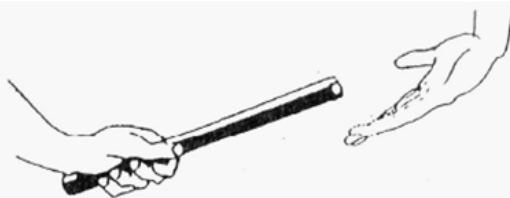
CPLV
CURIE



Prologue du 13 JUILLET 2019		9.000 KM		Différence avec le 1er	Ordre Classement
N° Equipe	EQUIPE	TEMPS	Moyennes		
6	TEAM DEFENSE ARMEE DE TERRE	0:37:25	14.432	0:00:00	6
5	RIOU GLASS & FREEDOM	0:39:24	13.706	0:01:59	5
1	EQUIPE COURIR POUR LA VIE COURIR POUR CURIE	0:44:31	12.130	0:07:06	1
7	EQUIPE DE L'EURE	0:45:06	11.973	0:07:41	7
2	TEAM CAP MEGUEIL	0:48:50	11.058	0:11:25	2
8	BACK EUROP	0:51:35	10.468	0:14:10	8
4	LES PETILLANTS CHAMPENOIS	0:51:49	10.421	0:14:24	4
3	RUNNING PINTGES	0:55:46	9.683	0:18:21	3
N° Equipe	Classement Général	TEMPS TOTAL	Moyennes Générales	Différence avec le 1er	Ordre Classement
Km parcourus depuis le départ		9.000	KM/h		
6	TEAM DEFENSE ARMEE DE TERRE	0:37:25	14.432		1
5	RIOU GLASS & FREEDOM	0:39:24	13.706	0:01:59	2
1	EQUIPE COURIR POUR LA VIE COURIR POUR CURIE	0:44:31	12.130	0:07:06	3
7	EQUIPE DE L'EURE	0:45:06	11.973	0:07:41	4
2	TEAM CAP MEGUEIL	0:48:50	11.058	0:11:25	5
8	BACK EUROP	0:51:35	10.468	0:14:10	6
4	LES PETILLANTS CHAMPENOIS	0:51:49	10.421	0:14:24	7
3	RUNNING PINTGES	0:55:46	9.683	0:18:21	8



Le Témoin Mag



Le quotidien de LA FRANCE EN COURANT

N° 332

Samedi 13 juillet 2019

A VOS MARQUES, POUR UN DEPART EN TERRE D'OCCITANIE !

MAUGUIO,

ville de 17500 habitants située aux portes de Montpellier. La ville séduit par son dynamisme, son environnement en Petite Camargue, sa qualité du cadre de vie. Elle est rattachée à CARNON, station balnéaire toute proche, en bordure de la Méditerranée. Ses habitants sont les melgoriens ou les carnonais.

MAUGUIO, qui s'est d'abord appelée MELGUEIL, était au Moyen Age le chef-lieu d'une puissante famille de contes, les contes de Melgueil. Le nom de Melgueil passa progressivement à Mauguio, au début du XVII^e siècle.



L'HERAULT,

Un département à visiter : L'Hérault tire son nom du fleuve côtier qui le traverse. Les sites naturels et les musées accueillent chaque année environ 3,6 millions de touristes. Parmi les plus visités,

on peut citer : St Guilhem le Désert, le cirque de Navacelles, l'étang de Thau, Palavas les Flots, La Grande Motte, Sète, Pézénas, Lodève, les gorges de l'Hérault, le canal du Midi et les 9 écluses de Fonsérannes à Béziers, le pic St Loup, les grottes des Demoiselles et de Clamouse.



Pic Saint Loup

A Montpellier,

la place de la Comédie, la promenade du Peyrou et son aqueduc des Arceaux, l'Arc de triomphe, le musée Fabre, la cathédrale St Pierre accolée à la faculté de médecine, les tours de la Babote et des Pins, le quartier d'Antigone, le parc zoologique de Lunaret (gratuit), l'aquarium Mare Nostrum...

LES EQUIPES DU TOUR 2019

Ce sont finalement 8 équipes qui prendront le départ de cette 31^{ème} édition :

Courir pour la vie, courir pour Curie

- **Team Cap Melgueil**
- **Running Pintges**
- **Les Pétillants Champenois**
- **Riou Glass**
- **Team Défense**
- **Département de l'Eure**
- **Back Europ**

+ Une équipe montpelliéraine accompagnant la course sur la première étape Mauguio - Fondamente.



CA SE PASSE AUJOURD'HUI

- **PLAINE DES SPORTS**
Ouverture du village à 14 h - Différentes animations sont proposées (musicale, stands artisanaux, jeux pour les enfants avec le clown PIPO, animation camarguaise, groupe folklorique ...).

14 h 30 Présentation des équipes.

15 h 30 **PROLOGUE - 9 Km pour s'échauffer** - Comme lors des années précédentes, ce sera une course contre la montre avec un départ toutes les 3 mn.

A l'arrivée, c'est le temps du 4ème coureur de l'équipe qui sera pris en compte.

Ce prologue entièrement plat se courra vers l'étang de l'Or avec 1/3 de route et 2/3 de chemin. Chevaux de Camargue, taureaux, oiseaux des étangs (flamands roses, hérons, aigrettes ...) agrémenteront ce parcours haut en couleurs



Le prologue n'a pas toujours existé sur LA FRANCE EN COURANT. Le premier eut lieu pour le 5ème Tour (1993) à Picherande, petit village du Puy de Dôme.

- *C'est la première fois que le Tour part de MAUGUIO, mais c'est la troisième fois que nous nous y arrêtons. Nous avons fait étape ici en 2001 et 2003, avec à chaque passage un accueil fort chaleureux.*



18 h Proclamation des résultats du prologue - Remise des récompenses

19 h Apéritif

20 h Repas

Imaginer un tel Tour ! Comment ? Pourquoi ?

Il fallait être passionné comme l'a été et, comme l'est toujours André SOURDON.

Tout est parti du Paris - Dakar couru en 1986, celui qui reliait la capitale française à celle du Sénégal . . . en courant ! C'est là que Dédé a imaginé « son » Tour de France, et cela fait

31 ans que ça dure !



BLAGUE DU JOUR :

Nous sommes ici, dans le pays du ballon ovale -

L'amour c'est comme le rugby, ça commence par une touche et ça finit par un plaquage.

RECETTE REGIONALE : LA BRASUCA DE MOULES

Pour 10 personnes :

10 kg de moules -

$\frac{1}{2}$ litre de vin blanc sec -

5 oignons -

2 cuillères à soupe de moutarde forte -

1 cuillère à café de harissa -

1 poignée d'herbes du Languedoc

- 2 pots de crème fraîche de 20 cl -

5 cl d'huile d'olive.

Préparer la sauce en faisant macérer au moins 24 h l'huile

d'olive, le vin blanc, la moutarde, l'harissa, les herbes du Languedoc -

Nettoyer les moules -

Préparer le barbecue ; quand les braises sont rouges, mettre une grande poêle sur le barbecue,

faire revenir les oignons avec les moules et jeter le premier jus - Remettre les oignons avec les moules et ajouter la sauce.

Laisser cuire pendant 5 mn en remuant doucement. Ajouter la crème fraîche et servir.

CA SE PASSERA DEMAIN

Départ du gymnase Beugnot à 3 h - Nous contournerons Montpellier en direction de Prades le Lez, passage à proximité de la source du Lez vers Les Matelles et St Mathieu de Trévières.

Nous longerons le Pic St Loup sur sa face nord pour rejoindre St Bauzille de Putois .

C'est en empruntant la route des gorges de la Buèges que nous traverserons le beau village de St Jean de Buèges avant de grimper au Causse de la Selle et plonger sur St Guilhem le Désert.

Repos mérité à Gignac, ville demi étape de ce jour.

Il faudra « arpenter » la côte d'Arboras pour atteindre le plateau du Larzac, le pays des grands espaces avec son remarquable village templier de La Couvertorade . Fondamente, petit village aveyronnais niché dans la vallée de la Sorgues sera le point final de cette première journée.

