

Porto, Sangria et... Grappa

Ou le bilan marathon (hic !) des archers y engagés cet automne 2015

Par André Richard



Ces trois derniers dimanches de novembre les derniers marathonien du club (espèce en voie de disparition) se mesuraient sur la distance mythique.

A **Porto** avec Jean-Marc pour une première expérience qui vira rapidement au coup de chaleur. Evidement avec 27° au départ et un massage la veille qui n'a pas produit l'effet dynamisant escompté (une mauvaise ou une bonne adresse transmise par Jules ?) et Jean-Marc jetait le gant avant la mi-course !

Une semaine plus tard dans la péninsule ibérique, la suite du groupe des LSD Grilladon se lançait corps et âmes pour 42,195 kilomètres à travers **Valencia**. Temps idéal... et pas de massages. Pourtant Vincent et puis Babette, blessés, devaient rapidement renoncer pour la première fois de leurs aventures marathonesques, me laissant terminer (ouf !) ce 20^e marathon dans le temps le plus élevé jamais réalisé !

Trois autres du groupe étaient engagés pour la première fois sur les 42,195 km à Valence.

Bertrand réussissait avec succès son entrée en la matière tout comme les sœurs Richard : Marie-Paule et Marie-Anne. En plus de l'objectif chronométrique réussi l'envie de recommencer l'aventure.

Sangria pour tous !

Dernières réussites en date : ce dernier week-end de novembre dans la cité florentine, Ingrid et Rodolphe amélioraient leur temps établis lors de leur premier marathon à Amsterdam.

Grappa pour vous deux.

Bilan mitigé dans l'ensemble du groupe (Arch et team BNP) avec surtout des réussites encourageantes chez les néophytes, des chronos approchés, des jusqu'au boutistes et des vols arrêtés.

Une ambiance magnifique dans le groupe, tous plans d'entraînements confondus, pour ces rendez-vous du dimanche pendant deux mois. Alors même si l'objectif individuel n'a pas été atteint pour certains, tous ces bons moments de convivialité sont irremplaçables.

Pour terminer car je l'ai terminé, le marathon de Valence vaut vraiment le détour. Un parcours rapide et un tracé judicieux au départ de la cité des Sciences et des Arts, joyau Calatravesque de la ville (celui-là même qui a dessiné la gare des Guillemins). 2 H.06'13, meilleur temps réalisé sur le sol espagnole et 13^e performance de l'année pour le kenyan John Nzau Mwangangi. Un accueil attentionné et chaleureux vis-à-vis des 15000 marathonien présents le week-end dans cette ville de près d'un million d'habitants. Animations et spectateurs sur tout le parcours. Ravitos presque parfaits, pas beaucoup de solide mais gel énergétique à deux endroits. Il y avait même des secouristes en vélo avec reflex spray... (Denis plus besoin de porteur) et puis soleil et 20° pendant cinq jours avec un parcours ombragé. Magnifique.

Aux archers désireux de partager ces moments d'entraînements, de marathon, manifestez-vous, transmettez-nous vos avis, vos résultats*, vos coups de cœur et/ou vos coups de gueule.

A bientôt pour les marathons de printemps 2016.

André

(*) notre statisticien Alain (Brohet) travaille inlassablement à récolter tous les résultats, n'oubliez-pas de les lui transmettre même les plus anciens...

Bertrand Picot : 3h33'42

André Richard : 3h.56'41

Ingrid Bries : 3h.58'19

Marie-Anne Richard : 4h.09'12

Marie-Paule Richard : 4h.14'10

Rodolphe Marrazza : 4h.19'48