

FOULÉES LIBRES



OCTOBRE 2011

<http://courirpageblanche.blogs.sudouest.fr>



Les costauds de Sadirac

LA RIVE DROITE A LA CÔTE



Le groupe à Sadirac. De gauche à droite : Yves Parrot, Nadine Joie, Daniel Pires, Jean Schmitt, JLGB, Yann Vimoney, Florence Victor, Zahia Chaignaud, Agostinho Duarte, Xavier Vansieleghem, Thomas Duarte

PHOTO PIERRE DARTHOUT

24 juin - BOULIAC

Marche 9 km - 6 PB

Jocelyne FAVRET, Abel BONNET, José CARRILLO, Pierre DARTHOUT, Christian GARCIA, Michel GESSE.

10 km - 4 PB - 442 arrivants

125. Fernando YVORRA	43 min 17 s
305. Yves PARROT	51 min 06 s
313. Florence VICTOR	51 min 51 s
402. Josyane BONNET (3° V3)	59 min 21 s

Et un jambon pour Abel ! Les absents ont toujours tort ! Il a mené le groupe des marcheurs dans lequel Michel faisait un retour remarqué.

En l'absence du président c'est Fernando qui mène le peloton où la logique est respectée. Encore un beau podium pour Josyane.

9 juillet - ARÈS

Rando 11 km - 1 PB

Geneviève THIBAUT.

12 km - 2 PB - 257 arrivants

113. Yves PARROT	1 h 00 min 47 s
231. Christian THIBAUT	1 h 17 min 34 s



14 juillet - BOURG

Rando 14 km - 4 PB

Jocelyne FAVRET, Christian GARCIA, Michel GESSE, JLGB.

14 km - 8 PB - 477 arrivants

128. Xavier VANSIELEGHEM	1 h 07 min 04 s
202. Daniel PIRES	1 h 13 min 58 s
204. Thomas DUARTE (2° C)	1 h 14 min 11 s
209. Yann VIMENEY	1 h 14 min 22 s
247. Florence VICTOR	1 h 18 min 48 s
331. Adrienne TUCCIO	1 h 33 min 53 s
332. Christian THIBAUT	1 h 33 min 54 s
343. Jean SCHMITT	1 h 38 min 08 s

29 km - 5 PB - 156 arrivants

37. Agostinho DUARTE	2 h 28 min 09 s
115. Nadine JOIE (3° V2)	3 h 05 min 15 s
128. Zahia CHAIGNAUD	
134. Yves PARROT	

Non classé : Fernando YVORRA.

Bourg a la cote : dix-sept représentants pour ce trail aussi beau qu'exigeant.

Sur la « petite » distance Xavier s'éclate devant Daniel suivi de près par Thomas qui monte sur le podium. Yann le colle, cependant que Florence s'intercale devant le « groupeto » où figure notre emblématique vétéran 4.

La longue distance a été marquée par la panne du chronométrage, ce qui fait que Zahia et Yves ont seulement été classés, ce qui n'a pas été le cas pour Fernando, « égaré » sur le parcours.

La suite en dernière page

La course des crêtes du Pays Basque

Espelette 1-2 juillet 2011



2 juillet - ESPELETTE

Marche 7 km - 5 PB

José CARRILLO, Emilia, Sophie et Antonio DUARTE, JLGB.

Marche Miam-Miam 14 km - 5 PB

Josyane et Abel BONNET, Pierre DARTHOUT, Christian GARCIA, Adrienne TUCIO.

14 km - 2 PB - 726 arrivants

358. Zahia CHAIGNAUD 1 h 44 min 45 s
451. Florence VICTOR 1 h 49 min 47 s

20 km - 4 PB - 981 arrivants

120. Fernando YVORRA 2 h 06 min 48 s
383. Xavier VANSIELEGHEM 2 h 30 min 39 s
574. Nadine JOIE 2 h 43 min 45 s
691. Christel JORAND 2 h 50 min 53 s

27 km - 1 PB - 1020 arrivants

110. Agostinho DUARTE 2 h 39 min 07 s

On en avait rêvé, on l'a fait ! Enfin la Page Blanche s'est rendue à Espelette. Quelle organisation ! Quelle ambiance ! Les superlatifs ne manquent pas tant l'événement est grandiose.

Cette sortie de l'année, préparée longtemps par avance en raison du nombre élevé de concurrents, a été l'occasion de découvrir également Saint-Pée-sur-Nivelle et son hôtel Mendionde, typiquement basque.

Du côté purement sportif, réussite également pour nos couleurs puisque nous avons engagé dix-sept adhérents (29 en tout avec les accompagnateurs).

Le 14 kilomètres a vu Zahia terminer devant une Florence très courageuse.

Sur le 20, c'est Fernando, subjugué par sa petite famille, qui a damé le pion à Xavier, cependant que Nadine devance logiquement une tenace Christel.

Excellente performance du président sur la très difficile course de 27 kilomètres.

Bodega, tapas, sangria et repas festifs ont clôturé cette magnifique journée. Le dimanche étant quartier libre, certains en ont profité soit pour rester à Espelette et voir la force basque, soit partir du côté de l'Espagne ou sur la côte.



La course des crêtes d'Espelette, voilà une course parfaite pour pimenter notre saison (elle était facile, je sais, mais je n'ai pas su résister) ! Arrivés la veille en famille à Saint-Pée-sur-Nivelle, nous sommes accueillis par la propriétaire de l'hôtel, celle qui a un petit faible pour Jean-Louis. Elle nous informe que la course de la semaine dernière a fait deux morts, ça met dans l'ambiance... Nous nous rendons en fin de matinée à Espelette, que nous découvrons avec émerveillement... et un peu d'appréhension quant à la température ambiante.

Lorsque le départ du 20 kilomètres est donné, au pic de la chaleur, je pars en dernière position, peu enclin à griller trop vite mes cartouches. Bien m'en a pris, car je double rapidement le Mandarain, dont le nom est donné, au pic de la course, il y a une gravité.

Je visse ma casquette à repars dare-dare (comme dirait le Frédéric du même nom), passe la montagne en question pour mieux redescendre jusqu'au village. La fin est très difficile pour moi, je fais un roulé-boulé complet dans une descente (10/10 en note artistique, mon cher Nelson) qui m'écorche le coude et les mains, mais rien de grave.

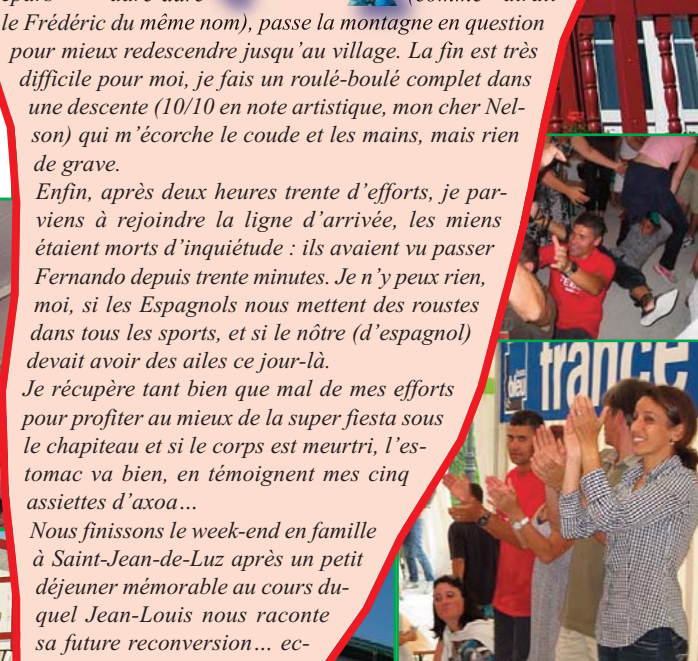
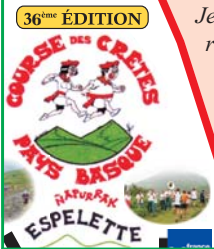
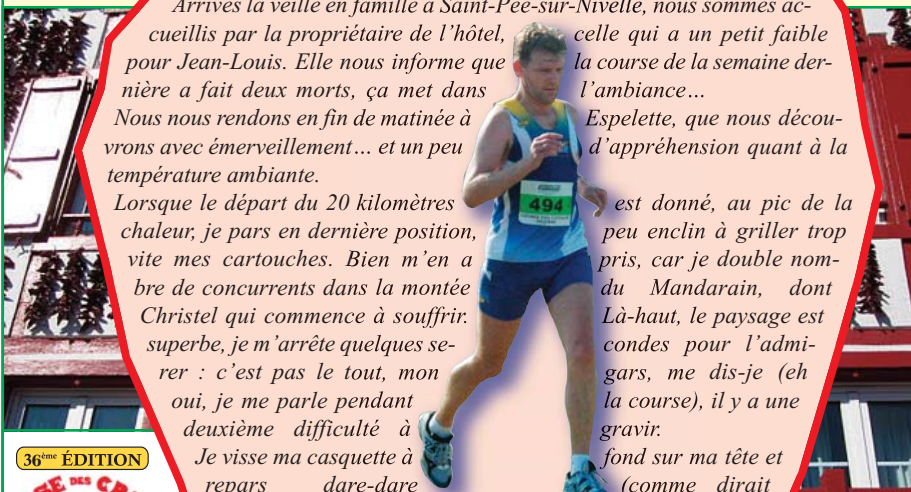
Enfin, après deux heures trente d'efforts, je parviens à rejoindre la ligne d'arrivée, les miens étaient morts d'inquiétude : ils avaient vu passer Fernando depuis trente minutes. Je n'y peux rien, moi, si les Espagnols nous mettent des roustes dans tous les sports, et si le nôtre (d'espagnol) devait avoir des ailes ce jour-là.

Je récupère tant bien que mal de mes efforts pour profiter au mieux de la super fiesta sous le chapiteau et si le corps est meurtri, l'estomac va bien, en témoignent mes cinq assiettes d'axoa...

Nous finissons le week-end en famille à Saint-Jean-de-Luz après un petit déjeuner mémorable au cours duquel Jean-Louis nous raconte sa future reconversion... ecclésiastique (?).

Au final, que des bons moments pour cette première participation à Espelette !!!

Xavier



LE BARP

samedi 3 septembre 2011

Il n'y avait pas foule ce samedi, sur le champ de foire du Barp, pour la troisième édition de Courir et Pédaler pour l'Autisme.

La pluie du matin aura-t-elle douché les ardeurs ? Toujours est-il que seulement sept adhérents de Courir étaient présents pour aider à l'organisation. Il fallut partir à la pêche aux commissaires, certains recrutés une demi-heure avant la sirène !

Sur la ligne de départ, seulement 125 coureurs inscrits sur les 5 et 10 km. Heureusement la course des familles était là pour remonter le moral des bénévoles : quel plaisir de voir les résidents du foyer se donner à fond et exulter à l'arrivée. Un grand bravo à Sophie Duprat qui a maîtrisé son sujet durant toute la journée. Nul doute que l'an prochain, pour la quatrième édition, chacun prendra conscience de l'utilité de cette journée si importante pour le foyer du Nid de l'Agasse.



Le bonjour de l'ancêtre



fait.

Tout d'abord, le réveil dans les vapes de la veille, vu qu'il y avait un anniversaire, mais quand même 6 h 30. Un bon petit déj (café noir, tartine, yaourt sucré, orange pressée), passage à la salle de bains pour vraiment me réveiller, et à 8 heures départ vers Carignan après avoir bisé ma douce et tendre. Arrivée à Carignan où il y a juste quelques pèlerins et j'apprends que le départ de la course ne sera

Bon, cela fait trois semaines que le président me casse les pieds pour que je vous raconte ma course à Carignan, petit village où traînent des Galan et des Bartette. Mais comme à mon âge (37 ans) on a des oublis, je vais résumer vite

qu'à 10 heures, ce qui fera du 10 h 15. De plus, au lieu des 12,5 km c'est 13,5 km. Pour me saper le moral, voilà que M. Thibault me signale que le parcours a changé (vu que cela fait deux ou trois ans que je ne l'avais pas fait) et que j'étais fou de faire la grande boucle. Moi qui avais insisté auprès du président pour faire le 12,5 sur l'ancien parcours...

Voilà le départ, tout le monde rigole sauf moi car je commence à appréhender la difficulté. Mais heureusement il y a Adrienne, aussi je me dis que je vais la suivre et après on verra. On nous avait annoncé du plat sur les premiers kilomètres. Quelle horreur, au bout de 3 kilomètres je suis largué par la miss et je prends le wagon des vieux (quelle honte) ! Et ce parcours qui monte, qui descend, qui fait des tourniquets ; je te vois une fois dans les vignes puis un peu de route, puis redeviens. Bref, le calvaire pour mes petites gambettes. Je n'ose pas trop forcer parce que cet après-midi j'ai encore du boulot (bal à Saint-Emi-

lion jusqu'à 19 heures ; les mamies elles m'attendent ! Et oui, quand on est beau...).

Tout d'un coup je me retrouve tout seul dans la nature. Honte à moi, je crois que je suis le dernier. Mais les commissaires me rassurent, il paraît qu'il y a des coureurs derrière moi. De fait, vers le onzième kilomètre je vois des coureurs qui se rapprochent et là je me dis : « Non, tu ne vas pas te faire doubler dans les derniers kilomètres. » Enfin, voici l'arrivée, il était temps, j'allais me faire doubler par une mamie. Ouf !

Par l'entremise de notre secrétaire les responsables de la course acceptent que je partage avec eux leur repas où, là encore, l'ambiance fut très sympa et on a bien festoyé et bien bu. Merci à tous et à la prochaine. Et à 15 heures je partais guincher à Saint-Emilion, mais ça c'est une autre histoire !

Jean-Nicolas SCHMITT

Sadirac fait son show à Fargues



22 juillet - SAINT-TROJAN

7,5 km - 1 PB - 59 arrivants

55. Jean SCHMITT (1^{er} V4) 53 min 11 s

7 août - ST-YZAN-DE-S.

6,5 km - 1 PB - 50 arrivants

42. Jean SCHMITT (2^e V4) 38 min 32 s

14 août - LE VERDON

10,4 km - 1 PB - 191 arrivants

140. Yves PARROT 55 min 34 s

21 août - QUEYRAC

10 km - 1 PB - 72 arrivants

43. Yves PARROT 50 min 11 s

27 août - BEYCHEVELLE

12 km - 1 PB - 67 arrivants

41. Yves PARROT 54 min 14 s

28 août - ST-CIERS/GDE

10 km - 1 PB - 122 arrivants

114. Jean SCHMITT (1^{er} V4) 1 h 02 min 34 s

4 septembre - CARBON-BLANC

5 km - 2 PB - 59 arrivants

2. Louis LAUGA 16 min 56 s
56. Martine LAUGA 30 min 57 s

10 km - 6 PB - 172 arrivants

11. Christophe LAUGA 39 min 32 s
16. Agostinho DUARTE 39 min 53 s
94. Zahia CHAIGNAUD (3^e V1) 48 min 47 s
102. Yann VIMENEY 49 min 49 s
108. Nadine JOIE (2^e V2) 50 min 10 s
131. Florence VICTOR 52 min 37 s

La famille Lauga était bien représentée et Louis manque la victoire d'un rien !

Christophe se paie le président, cependant que Zahia se distingue et monte sur le podium, tout comme Nadine. Yann est pris en sandwich entre les belles, cependant que Florence termine à quelques encablures.

10 septembre - PAUILLAC

Marathon - 4 PB - 7354 arrivants

77. Agostinho DUARTE 3 h 22 min 28 s
208. Christophe LAUGA 3 h 47 min 00 s
291. Alain GHINASSI 3 h 55 min 06 s
295. Fernando YVORRA 3 h 55 min 20 s

Pour les trois premiers cités ce n'était qu'un remake, tandis que Fernando faisait là ses grands débuts sur la boucle mythique de 42,195 km. Et il s'en est bien sorti puisqu'il passe d'entrée sous la barre des 4 heures !

Merci à Yves qui était le Tour Opérateur de service.



Photo JLGB

Courir à Carignan. De gauche à droite : Sylvain Stéphan, Christian Thibault, Jean-Louis Poncabaré, Agostinho Duarte, Jean Schmitt, Adrienne Tuccio, Christophe Lauga, Thomas Duarte, Xavier Vansielegem, Louis Lauga, Zahia Chaignaud et Gwenola d'Ambarès

11 septembre - CARIGNAN

Marche 8 km - 2 PB

José CARRILLO, Michel GESSE.

8 km - 4 PB - 111 arrivants

11. Christophe LAUGA (2^e V1) 36 min 42 s
23. Louis LAUGA (1^{er} junior) 39 min 46 s
26. Sylvain STÉPHAN 40 min 20 s
91. Christian THIBAUT 54 min 05 s

13,5 km - 7 PB - 215 arrivants

85. Agostinho DUARTE 1 h 08 min 14 s
95. Xavier VANSIELEGHEM 1 h 09 min 09 s
119. Thomas DUARTE (1^{er} C) 1 h 11 min 42 s
128. Jean-Louis PONCABARÉ 1 h 12 min 30 s
143. Zahia CHAIGNAUD 1 h 14 min 18 s
207. Jean SCHMITT (3^e V4) 1 h 31 min 28 s
212. Adrienne TUCCIO 1 h 33 min 33 s

Treize représentants de la PB pour la vingt et unième édition de *Courir à Carignan* : pas de quoi inquiéter le club de Bouliac Sports Plaisirs qui s'était déplacé avec une quarantaine d'adhérents ! Quoi qu'il en soit, chapeau Christophe et Agostinho qui la veille foulaient les longs chemins médocains.

Justement, Christophe se classe deuxième dans sa catégorie, cependant que Louis, tout de même premier junior, oublie de suivre les indications sur le parcours et se perd dans la nature ! Sylvain, revenu momentanément de Chine, réalise une bonne performance. Christian ne force pas trop son talent...

Sur la plus longue distance, pas de surprise : Agostinho, malgré la fatigue, règle Xavier, cependant que Thomas se distingue en remportant la première place chez les cadets; sympathique et efficace retour du secrétaire de la PB, Jean-Louis, qui grille la politesse à Zahia, Jean (qui monte une nouvelle fois sur le podium) et Adrienne que je remercie pour le coaching auprès des membres de sa famille.

A noter la participation dans la course des familles d'un futur grand, Enzo : mon petit-fils.

18 septembre - PAREMPUYRE

Marche 8 km - 1 PB

Michel GESSE.

10 km - 1 PB - 345 arrivants

188. Yves PARROT 49 min 42 s

25 septembre - SADIRAC

Marche 10 km - 1 PB

Jocelyne FAVRET.

10 km - 1 PB - 123 arrivants

93. Florence VICTOR 57 min 57 s

15 km - 9 PB - 125 arrivants

22. Agostinho DUARTE 1 h 02 min 53 s
71. Thomas DUARTE (1^{er} C) 1 h 13 min 27 s
73. Xavier VANSIELEGHEM 1 h 13 min 35 s
75. Zahia CHAIGNAUD (3^e V1) 1 h 13 min 51 s
88. Yann VIMENEY 1 h 17 min 21 s
89. Nadine JOIE (1^{re} V2) 1 h 17 min 22 s
105. Yves PARROT 1 h 21 min 05 s
107. Daniel PIRES 1 h 22 min 21 s
113. Jean SCHMITT (3^e V4) 1 h 35 min 14 s

Le mois de septembre est traditionnellement consacré à la rive droite et à ses côtes. La Course des Coteaux de Sadirac est toujours appréciée de nos adhérents et cette année ce sont onze de nos représentants qui se sont alignés au départ.

Florence, pour plus de sûreté, s'est contentée de la «petite» distance.

Sur l'épreuve reine, bien entendu Agostinho caracole en tête. Thomas prend sa revanche sur Xavier grâce à un sprint magnifique sur les derniers mètres et se classe premier dans sa catégorie. Zahia voit ses efforts récompensés par un podium, tout comme Nadine, cependant que Yann apprécie sa position d'homme sandwich. Pour Yves et Daniel cela ne se passe pas mal, cependant que Jean-Nicolas paie ses efforts frénétiques sur les pistes de danse.

Après tous ces efforts, tout le monde a pu apprécier l'hospitalité farguaise chez le couple présidentiel Sophie et Agostinho. Onze en course et... plus du double à table ! De bon augure pour la fin de saison.

2 octobre - CANÉJAN

10 km - 1 PB - 149 arrivants

50. Bernard BOUBE 46 min 29 s

**Commentaires
et mise en page : JLGB**

**Coordination :
Agostinho José DUARTE**