

EDITO

Une certaine vision !

Quand je m'inscris sur une course, à de rares exceptions près, c'est pour donner le meilleur de moi-même... Je suis perpétuellement sur le fil du rasoir, entre une allure où je sais que je ne vais pas pouvoir tenir et une allure où je sais que je peux reprendre un peu mon souffle. Je ne cherche pas la gagne à tout prix, sinon je ne participerais pas à beaucoup d'épreuves, je ne cherche pas à battre absolument quelqu'un de précis, non, je cherche juste à faire du mieux que je peux selon mes possibilités du moment. Je sais pertinemment que je ne suis peut-être pas préparé de la meilleure des façons, que j'aurais dû faire ça plutôt que ceci en amont et ainsi de suite, mais en tout cas dès que le coup de pistolet est donné, je me renferme dans ma bulle pour ne surtout rien regretter après.

Alors je sais très bien que quand c'est un peu long, je vais avoir des coups de mous, des moments d'euphorie, des portions qui me conviennent bien et d'autres pas du tout, mais je ne vais pas trouver d'excuses. Et, sauf accident, quand je l'aurai franchi, cette satanée ligne d'arrivée, et bien je serai totalement vidé. J'aurais besoin, comme à chaque fois, de m'asseoir pour récupérer, de chercher mon souffle, de reprendre des couleurs mais après je serai le plus heureux des hommes car j'aurai un peu cette sensation du devoir accompli et, quelque soit ma place, je ne pourrai m'en prendre qu'à moi-même et c'est bien cela qui me plaît. C'est comme cela que je conçois personnellement une épreuve. D'ailleurs le mot « épreuve » parle de lui-même. Comme un obstacle à franchir. Aussi, sauf si c'est obligatoire, je ne prends pas de portable avec moi. Je ne m'arrête pas pour prendre des photos, encore moins faire un selfie, téléphoner à mes proches... J'essaye de déconnecter totalement et justement parce que je suis dans une compétition, de ne plus penser à autre chose. Tout ce qui me détourne du sentier se déroule dans ma tête. C'est pour cela que j'ai souvent le même visage fermé. Je ne fais pas la gueule mais je suis dans un autre monde. Je pense à plein de choses, je refais ma vie, je parle avec les miens. Mais tout cela est en moi et à moi. Cela ne regarde personne d'autre. Dans la vie, il faut savoir vivre des choses à fond. C'est ce qui nous construit.

C'est bien de partager sans cesse avec les autres mais avant de partager une émotion, encore faut-il vraiment la vivre !

Je sais bien que je ne fais pas l'unanimité dans cette façon archaïque de penser et d'agir mais en tout cas c'est ma façon de voir les choses !

Rémy Jégard

LE MOT DE CLAUDY BENOIT

"C'est la rentrée !"



Les retrouvailles de septembre, que ce soient dans les clubs d'athlétisme, dans les amicales de coureurs à pied, ou dans les «team» de toutes sortes, sont toujours de beaux moments propices aux partages et aux nouvelles résolutions pour la nouvelle saison... une saison 2018/2019 qui vient donc de débuter officiellement le 1er septembre, avec des changements de catégories qui n'interviendront que le 1er novembre, juste pour attaquer la période des cross. «Je vais passer master 1..2, 3 ou 4» résonnent souvent dans la bouche des coureurs, comme un réel espoir de se retrouver parmi les plus «jeunes» de sa nouvelle catégorie,

synonyme de podiums potentiels !..la course à pied conserve si bien, qu'elle en induit même une envie de vieillir un peu plus vite !..voilà, c'est (re)parti pour douze mois de pratique, de plaisir, de joies, de déceptions aussi...le plus dur à supporter étant bien sur la blessure, alors pour cette rentrée 2018 il est impératif de prendre la «must» résolution pour s'éviter ce désagrément...ne pas trop en faire !...souvent impossible à tenir, car quand on aime, on ne compte plus..bonne saison à tous !

Claudy Benoit



Inscrivez vous en ligne pour les mois de mars et avril sur www.chrono-start.com :

- Le Trail du Cassoulet, le 7 octobre
- La Buzétoise, le 14 octobre
- La Translomagnole, le 21 octobre
- La Foulée Bessierane, le 28 octobre
- Le semi de 13 villages, le 1er novembre
- Le Trail de Bazièges, le 4 novembre
- La Boucle du Confluent, le 11 novembre
- L'Oritrail, le 11 novembre
- La Teulatoise, le 18 novembre

Running Mag est édité par la société R2 Presse au capital de 2.000 F

Lieu dit Fournier
81500 Teulat

Remy : Tél.06 13 36 08 87
et Tél. Fixe. 05 31 22 66 24

E.Mail: runningmag@sfr.fr
Directeur de la publication : Rémy Jégard
Directeur de la Rédaction : R. Jégard

Ont collaboré à ce numéro :
Kris - Pierre - Thomas
Géry d' Afum team - Benoît -

Impression : Occitane
Imprimerie - Avenue
Jean Baylet - 31095
Toulouse Cedex 9 -
Tél.: 0562113448 (Ce
journal est imprimé
dans le respect de l'environnement)



N° ISSN : 1626-9500
N° Commission paritaire :
0523K80535

Abonnement 1 an : 19 €
Abonnement de soutien : 76 €

Prix TTC aux taux de 2,10 %