

Bon Pied Bon Œil : Juin 2014

Et si on courait un Marathon ?

Pour tous ceux qui trottent de temps en temps le long du canal ou dans les rues de la commune, courir un marathon* relève autant de l'exploit que d'une tendance masochiste, entre le comble de l'inutilité et un peu d'inhumanité. Pourtant ceux qui ont couru les 42,195 km se rappellent d'abord le plaisir de l'avoir fait, d'y être arrivé et déjà la perspective d'améliorer son temps lors d'une prochaine confrontation avec l'asphalte.

Il y a un peu d'aléatoire ou d'incertitude dans la course. Il y a de la préparation ; beaucoup de préparations physiques, mentales, logistiques. Plus de la moitié des BPBOïstes sont marathoniens. Pour tous, le premier marathon, cela a d'abord été un pari un peu osé, mais tous ont trouvé au sein du club conseils de préparation, d'alimentation, plans d'entraînements, soutien.... Si vous aussi, les 42 km vous trottent dans la tête, vous chatouillent les mollets, alors venez nous rencontrer ! Et en plus, on s'amuse bien...

A propos d'amusement, le 22 juin, le club organise son repas annuel au lac de Caraman... avec en apéritif, un entraînement collectif. Au menu de ce printemps plusieurs courses dont le viaduc de Millau (23 km) et les "gendarmes et voleurs" (32 km).

Pour suivre notre actualité, rendez-vous sur le site du club : <http://bpbo31.free.fr>

* Après le marathon, il y a l'Ultra trail ; Je vous en parlerai une autre fois

Contact : Sylvie Cournéde - 06 70 11 26 94