



[Accueil Nac](#) [Présentation du club](#) [Infos Nac](#) [Nos organisations](#) [Challenge route](#) [Records](#) [Photos](#) [Boutique Nac](#) [Forum](#) [Nous écrire](#)

Marathon d'Anvers 2010

Le premier pour Linda!

"Après 10 semaines d'entraînement, me voilà à Anvers pour une matinée tant attendue. Nous sommes plusieurs du club à prendre le départ à 9h30. En attendant le départ, stressée, je tente difficilement de me concentrer sur la course. Le coup de feu de départ me surprend un peu, c'est parti pour 42,195 km ! J'essaie de ne pas partir trop vite. Je me fixe une allure de 4 minutes et 30 secondes au kilomètre. Je parcours les 10 premiers kilomètres en suivant le ballon meneur d'allure des 3h15. Environ au 10ème kilomètre, Vincianne me dépasse. Je garde le rythme, je me sens bien et les kilomètres passent. A chaque stand, tous les 5 km, je bois un peu d'eau et prends mes pipettes coup de fouet aux moments opportuns. Au 30ème, je sens l'envie d'aller un peu plus vite. J'ai de bonnes sensations mais je me demande si, malgré tout, je ne fais pas une bêtise. C'est à ce moment que je repasse devant Vincianne. Les nombreux encouragements de Valérie et Vincent, la musique et le monde le long de la route me portent et me donnent des forces. Au 38ème, je commence à sentir le poids des kilomètres, mon allure est ralentie et à cela, viennent s'ajouter des routes pavées et sinuées. A l'arrivée, portée par les encouragements de j-j et les applaudissements, je parviens à sprinter. 3h13 plus tard, en bon état, je suis fière et contente de moi. Un grand merci au coach et à tous les marathoniens du club.=)"