



Dany Miesse au marathon de Rome

"Bonjour serge et tous les NAC.

*Voici quelques photos et commentaire de mon marathon à Rome ce 16 mars.
Temps impeccable pour un marathonien, 17° ciel couvert tout le long du parcours,
sauf le départ ou je me suis dévétu un peu trop vite.Organisation parfaite.
ravitos impecc.
Merci à marc*

*Bien que la sagesse veuille que l'on ne cours pas avec un genou en compote,moi
je m'y suis collé aussi,notre entraîneur marc me pardonnera cette folie.
Ce fût la galère du début à la fin, des les premiers cent mètres je ressentais
déjà la douleur au genou, ce fût pire après le 20e km et au 25e,je fus bien
près de l'abandon car je me dis,il reste encore 17km, j'ai marché quelques
dizaines de mètre mais la douleur était en encore pire alors je me suis remis
en route et j'ai pris mon mal en patience, encore un passage difficile vers le
31e km, après le 35e je me suis dit plus que 7km,il faut le terminé. Je vois
martine au41km500qui m'encourage puis zut le tour du colisée par la montée pour
terminer,ils sont fous ces romains!enfin les 200 derniers mètres en descente.
Terminé en 4h28 min 47 sec(temps réel :4h27m29s)exploit compte tenu des
circonstances et je ne sais presque plus marcher....*

a+

les amis.

Dany Miesse