



# Marathon de Cologne

**04/10/2009**

Premier marathon pour Denis Stilmant!

*"Voila, Cologne est fait... Il y a quelques mois de cela, j'avais pensé faire enfin un premier marathon, pour goûter à cette ambiance particulière et vivre de l'intérieur cette course différente.*

*Avec un collègue, nous avons choisi Cologne pour sa proximité et sa réputation.*

*Ma préparation, confiée aux bons soins de Marc se déroula sans problèmes majeurs.*

*Je voulais avant tout le terminer et être en bon état à l'arrivée, ce qui pour moi considérait déjà un bel objectif.*

*Le jour venu, c'est la nervosité du "débutant" qui m'a paradoxalement fait partir très-trop- prudemment.*

*Ma deuxième partie se révèlera même plus rapide que la première.*

*Mais quelle ambiance...mon prénom scandé par des jolies colonaises et des "vive la France" à la vue du maillot NAC...*

*Tout cela m'a amené au 35Km sans crampes, bobos ou*

*autres horreurs entendues auparavant de la bouche d'anciens marathoniens...*

*J'ai donné ce qu'il me restait en passant le Rhin et suis passé de l'eau de Cologne à une bonne bière offerte à l'arrivée...*

*Voilà, modestement, j'ai atteint mon objectif, mais avec une grande joie, celle d'avoir apprécié chaque Km. J'envoie tous mes remerciements à Marc... C'est un plaisir de l'avoir comme coach, disponible, compétent et d'une gentillesse sans bornes!*

*Merci également à Hubert pour ses précieux conseils avisés.*

*A bientôt."*

DENIS STILMANT