



Marathon de Berlin 2008

Dany Miesse

"Berlin ... dommage, mais c'est manqué !

Temps splendide pour un marathon : 18°, ensoleillé mais la possibilité de courir à l'ombre pratiquement durant tout le parcours.

Organisation impeccable quoique avec ses plus de 28.000 participants et malgré ses larges avenues, les ravitaillements ne sont pas faciles car tous placés d'un seul côté de la route et surtout si l'on ne court pas avec les premiers.

De plus, pas de prise en compte de mon meilleur temps en marathon, je me suis retrouvé dans le dernier groupe et entre 15 à 20 minutes d'attente avant le départ, on part par vagues successives.

J'ai donc échoué dans ma tentative de battre mon propre record.

Le poids de forme était bon ,le contrôle sanguin également, les entraînements sur les bases de Cracovie étaient bon eux aussi mais sans doute que la forme n'était pas optimale, enfin le passage à mi course était pourtant valable 1h58m54sec ; tout restait possible mais après le 25e km mon genou m'a rappelé à l'ordre et j'ai connu quelques petits problèmes jusqu'au environ du 38e km en plus des ravitos et donc je ne cherche pas d'excuse mais je suis déçu même si je me dois me dire que 4 mois après mon opération au genou et seulement deux mois et demi d'entraînement dont 8 semaines intensives et un genou qui n'est pas optimal(70 à 80 %)en course et qui par contre m'a donné satisfaction après l'effort car pas trop de problèmes comme à Rome pour la récupération (ouf l'opération aura quand même servi à quelque chose).

Au prochain mais plus tard.

Salut à tous les naqués."

dany