



Accueil Nac Présentation du club Infos Nac Nos organisations Challenge route Records Photos Boutique Nac Forum Nous écrire

Marathon de Milan 02 décembre 2007

Quelques enseignements...

Ou les choses à ne pas faire pour réussir un bon marathon....

Par Bip Bip

- Il l'avait bien préparé son sac, notre Serge Basse, pour l'expédition milanaise... Bien emballées les pipettes, pommades chauffantes, produits hydratants...

C'était sans compter sur la sécurité à l'aéroport de Gosselies: tout, tout, lui a été confisqué et jeté à la poubelle sous ses yeux ahuris, y compris un tube de dentifrice et un flacon de shampoing.

Conseil 1 : vérifiez les consignes de sécurité avant de partir ou alors, faites comme moi: plutôt que de passer près d'un contrôleur flamand de mauvaise humeur, choisissez plutôt la mignonne noire, faites lui un beau sourire et hop, l'affaire est faite: j'ai dû lui montrer mes pipettes, mais elle m'a laissé passer avec!!! Serge B en bavait!!!

- A la sécurité à Milan: ouf, ce ne fut pas pour l'un d'entre nous, mais un voyageur de notre avion s'est fait pincer avec de la came par un chien renifleur... Vraiment impressionnant...

Conseil 2 : jamais de came avec vous pour un marathon, ou alors mettez-la discrètement dans la poche de votre voisin, de préférence celui qui court plus vite que vous, et hop! Une place gagnée à l'arrivée!!

3. Conseil 3 : veillez à faire votre dernier pipi au moins dix minutes avant le départ... Notre pauvre Serge B, encore lui, n'y avait pas songé, déjà bien content d'avoir pu acheter de nouvelles pipettes à Milan; nous étions déjà dans le box de départ lorsque Serge nous dit : Pipi....!!! Généreusement, nous l'encadrions tous les 3 de manière à ce qu'il puisse discrètement s'accroupir et oeuvrer.... Mais à peine accroupi, le speaker hurle: Attenzione, dieci, nove, otto,... Vite Serge, lui disons-nous à nouveau généreusement, vite, vite c'est le départ... Et Serge se relève d'un bond.... Paf départ....mais c'était pour les handisports qui partaient 5 minutes plus tôt que les coureurs... Quelle rigolade!!! Il n'y a que Serge qui ne s'en est pas remis, effets coupés...

4. Conseil 4 : partez en bonne santé au marathon!

Ce pauvre José, il ne s'était plus entraîné depuis 3 semaines suite à une tendinite et il a voulu malgré tout prendre le départ avec un courage qui nous épatait tous...Las, pas de chance pour Joske, il dut arrêter après 1km, une douleur fulgurante lui ayant traversé le genou...

Pour le consoler, nous proposons au Nac d'organiser un nouveau record: celui du rapport

le plus élevé entre le nombre de km de déplacement pour participer à une compétition et le nombre de km qu'on y a réellement couru....

L'ancien record appartenait à Philippe Comblez au marathon de Huy voici quelques années: Philippe y subit un claquage après 400m...

Son quotient: Nivelles Huy aller - retour: 164 km
km parcouru 0,4
Quotient $164:0,4 = 410$

Yves Jacques vient d'aller à New York, son quotient est moins bon: $12000:42 = 286$

Record pulvérisé par José qui a placé la barre très haut!
Nivelles Milan aller retour: 1800 km
1 km parcouru
Quotient de José: $1800:1 = 1800$

Qui dit mieux???

Note: on peut suggérer à Yves Jacques de retourner à New York l'an prochain, mais il doit impérativement abandonner après maximum 6 km 500...

Quotient $12000:6,5 = 1846\dots$
Allez Yves, tu sais ce qu'il te reste à faire....