

UNE PISTE SOUS LES HLM Samir Baala sur la piste du Stade HautePierre qui se trouve au beau milieu de sa cité près de Strasbourg, comme une aire d'évasion et de liberté.



UN ENTRAÎNEMENT ACHARNÉ Mehdi Baala s'entraîne dur depuis l'adolescence auprès de son coach de toujours Jean-Michel Diringier, aussi appelé Jean-Mich'.

« Franchement, je ne sais pas ce que je serais devenu sans la course à pied ! L'école ce n'était pas mon truc, je ne savais pas quoi faire. Heureusement que j'ai découvert l'athlétisme ! » —MEHDI BAALA

« G R A N D I R , C ' E S T A C C E P T E R D E C H A N G E R D E M O D E D E V I E . G R A N D I R , C ' E S T A U S S I arrêter de déconner. On ne reste pas toute une vie à faire des châteaux dans le bac à sable de la cité. Des hauts murs de béton au mur du marathon, j'ai tracé ma route. » Une petite phrase empruntée sur le blog de Samir Baala, qui en dit long sur le caractère du personnage. Volontaire, persévérant, passionné. ▶ Ce sont ces qualités qui font les grands coureurs. D'ailleurs, comme il le dit lui-même, « c'est le marathon qui m'a évité les pièges de la cité ».

Retour en 1997. À cette époque, Samir Baala part faire son service militaire à Stetten, en Allemagne, une région surnommée « la Petite Sibérie ». Il a 21 ans. Il se retrouve à monter la garde de la caserne. Pas très drôle comme boulot... Un jour, le régiment organise un cross. Samir s'y aligne. C'est sa première course et il est devant. Pas le premier certes, mais parmi les meilleurs. Et sans entraînement. « Je m'en souviens bien. Il fallait que je passe devant le capitaine, pour quelques conneries. Terminer dans les 4 premiers, ça m'a évité de faire du trou ! » Les gradés le repèrent vite. Surtout sa foulée. Ils lui expliquent qu'il pourrait peut-être faire quelque chose dans la course à pied. Un an plus tard, fin du service et retour au quartier de HautePierre. Un coin de Strasbourg à la réputation plutôt sulfureuse, plus connu pour ses voitures brûlées du nouvel an que pour ses champions de course à pied. C'est le temps des conneries et des sorties entre potes du quartier. À la cité, Samir n'a pas grand-chose à faire, à part les 400 coups avec les copains et, surtout, de la musique. « À l'époque, je fréquentais les New African Poets, un groupe de rap originaire du Neuhof, un autre quartier de Strasbourg. Je connais très bien Abd-Al Malik, qui faisait

partie de ce groupe. J'ai fait quelques bons concerts avec mon groupe, notamment en première partie de Boney M, les adeptes du tempo. Jouer devant des milliers de spectateurs, c'est quelque chose ! » Le rap, c'est l'autre grande passion du grand frère Baala. Le rap, mais surtout l'écriture. Samir a toujours aimé écrire, raconter des histoires... Toujours le dernier à aller à l'école, mais le premier en cours de français.

HAUTEPIERRE ET SA PISTE

Son petit frère, lui, s'entraîne déjà dur. Sur le tartan du stade de HautePierre, Mehdi Baala enchaîne les séances de fractionné. La piste est plantée là, en plein milieu de la cité, comme une aire de liberté à quelques centaines de mètres du HLM où vivent les parents Baala. Pour les deux frères, ce stade, c'est un peu le grand chemin en tartan qui permet de s'évader de la cité. Le temps d'un tour de piste... « Le stade est un territoire neutre, loin de la politique et des dérives de la société. Un lieu avec ses propres règles de jeu. Il n'y a pas de président qui gouverne ici, pas de taxe sur le carburant. La pompe affiche toujours le même prix : celui de la souffrance, de l'envie, du courage et de la volonté », dira Samir.



UNE FAMILLE UNIE En haut, Samir Baala avec son père, place Kléber à Strasbourg en 1980. En bas, Mehdi et Samir à Constantine, en Algérie, en vacances avec leurs parents.

Comme son grand frère, Mehdi découvre la course à pied par hasard. « Je traînais dans la cité, je passais mon temps dans les halls d'immeubles avec les copains. » Fin 1994, des copains viennent sonner à sa porte. Ils cherchent un remplaçant pour une course de relais. Et Mehdi s'était déjà taillé une bonne réputation à l'école. « Sur toutes les courses scolaires, je gagnais tout le temps. Avec, chaque fois, 1 ou 2 minutes d'avance. »

L'équipe gagne le championnat régional. « C'est à partir de ce moment-là que tout a commencé, mais cela reste encore une énigme pour moi. À cette époque, la course à pied, ce n'était pas du tout un but. » C'est un déclencheur pour Mehdi. Il commence à s'entraîner de plus en plus et on commence à parler de lui. D'abord en Alsace, puis dans le reste de la France. « Il a des qualités impressionnantes, une cylindrée de Formule 1 », dit de lui son entraîneur et coach de toujours, Jean-Mich' (Jean-Michel Dirringer). « Franchement, je ne sais pas ce que je serais devenu sans la course à pied ! L'école ce n'était pas mon truc, je ne savais pas quoi faire. Heureusement que j'ai découvert l'athlétisme ! » Si Mehdi semble avoir trouvé une piste pour sortir de la cité, Samir Baala, le grand frère, cherche encore le chemin. Le service terminé, il est de retour au quartier. Il retrouve les copains et les halls d'immeubles. Il décroche un job à l'accueil du Creps d'Alsace. Toute la journée, les athlètes défilent devant lui... Alors, il discute. « C'est comme cela que j'ai commencé à m'intéresser au sport et au brevet d'État »

POINT DE DÉPART

Le matin du 1^{er} mai 1998, Samir se réveille dans un parc du centre de Strasbourg, après une soirée « un peu trop fêtée » avec les copains de la cité. « On m'a raconté mes exploits de la veille, je n'étais pas fier... » Ce n'est pas encore le déclic, mais le début d'une réflexion. « Il fallait que je réagisse. » Samir commence à courir. Au début, de manière assez

"Le stade est un territoire neutre, loin de la politique et des dérives de la société. Un lieu avec ses propres règles de jeu" explique Samir.

irrégulière. Il rejoint son frère et un groupe de coureurs entraînés par Jean-Michel Dirringer. « Il avait de bonnes qualités, une vitesse de base. Je me souviens d'un coureur plutôt taillé pour le demi-fond, comme son frère », raconte l'entraîneur de Mehdi Baala. Pourtant, une fois sur le tartan, il surprend son monde. « Parfois, j'enchaînais de grosses séances alors que je découvrais la piste. Des séries de 400 m en 63 ou 67 secondes ! » Mehdi se souvient également de ces séances. « Avec 3 mois d'entraînement, il faisait déjà 03' 59" au 1 500 m ! Mieux que moi, quand j'ai commencé. Pour mon premier, j'avais fait 4' 08" », plaisante-t-il aujourd'hui. Mehdi est connu. Maintenant, il a acquis une solide réputation en France et à l'étranger. « Pour son troisième 1 500 m en compétition, cela devait être en 1995, il était déjà en dessous des 3' 50". Beaucoup de coureurs mettent du temps avant d'arriver à passer un tel cap », se souvient Jean-Mich'.

Samir suit de près la progression de son petit frère et l'aîné Baala s'intéresse de plus en plus à la course à pied. Il lit beaucoup et dévore les livres sur l'entraînement et la physiologie. Il décide de passer son brevet d'État d'éducateur sportif. En parallèle, il s'entraîne de plus en plus sérieusement. « J'ai commencé à m'intéresser au marathon. J'étais beaucoup plus attiré par le long, par le hors stade. J'adore courir dans la nature. » C'est une des différences les plus frappantes entre les deux frères. Chacun a sa distance. Et chacune demande un caractère bien particulier. Des distances qui correspondent à leurs personnalités et à leurs pratiques de la course à pied. Samir préfère la nature, les courses à l'aventure, sans contrainte de tours. Mehdi, lui, c'est la piste et les chronos. Samir découvre le plaisir de courir, surtout à travers les champs, juste à côté de la cité. Les collines d'Oberhausbergen sont un terrain de jeu idéal pour cet amoureux des grands espaces.

Il part courir en oubliant parfois le chemin du retour. « Une fois, dans les Vosges, j'ai perdu mon frère et mon père.

UNE ENFANCE À LA CITE NUCLÉAIRE Samir Baala (en médaillon) pose pour sa photo de classe en CE1, dans son école de la cité Nucléaire, à Strasbourg.





RETOUR AUX SOURCES Samir Baqla aime revenir s'entraîner dans son fief du stade de HautePierre, près de Strasbourg, où tout a commence.

LE SACRE DU PETIT FRÈRE...

Samir et Mehdi sont tous les deux inscrits à l'Asptt Strasbourg. Mais ils ne s'entraînent pas ensemble et ne se voient pas forcément tous les jours. « Cela peut paraître surprenant vu de l'extérieur, mais on a toujours fonctionné comme cela dans la famille. Pas besoin de se voir tous les jours pour se dire que l'on s'aime », explique Mehdi. L'an 2000, c'est l'année où Mehdi explose auprès du grand public, grâce à sa fameuse quatrième place aux Jeux olympiques de Sydney. Cet été-là, HautePierre se transforme un peu en grand cirque. Le centre socioculturel organise des projections de ses courses sur grand écran, les journalistes viennent au quartier, les télé débarquent... Toute la cité suit les performances de son champion et sa quatrième place au 1 500 m, à un cheveu du podium (3' 34" 14), derrière le Kenyan Bernard Lagat (en 3' 32" 44). C'est Hicham El Guerrouj qui prend la deuxième place de la finale. Une vieille connaissance pour Mehdi.

Désormais, ces deux-là vont se croiser régulièrement et courir l'un après l'autre. Hicham et Mehdi, les deux « milers » ne se sont jamais vraiment livrés sur leur amitié. Mais Hicham a toujours eu un petit mot pour Mehdi lors de leurs compétitions communes. En 2002, Mehdi

confirme. Il devient champion d'Europe du 1 500 m. L'année suivante, il est vice-champion du monde, derrière son ami Hicham. Une déception, mais Mehdi se rassure en passant sous la barre des 3' 30" au 1 500 m. C'est le premier Français à réussir cette performance. Mehdi est bien placé pour les Jeux d'Athènes qui approchent. Ironie du sort, une de plus, il empoche son ticket pour les Jeux sur la piste du stade de HautePierre, devant ses potes. Il fallait 3' 35" 50 pour décrocher la qualification. Il boucle son mille en 3' 32" 63. « Je suis vraiment heureux d'avoir rempli mon contrat chez moi, là où tout a commencé », dit-il à l'arrivée. À quelques jours des Jeux, il se blesse lors d'un footing en forêt. Bilan : entorse de la cheville et participation incertaine. Finalement, il y va. Mais pour terminer dernier de la série. « J'ai eu mal là », expliquera-t-il à l'arrivée, en pointant le doigt sur son cœur.

... ET DU GRAND FRÈRE

En 2001, le club organise un déplacement à Berlin pour le marathon, avec les vétérans. Samir y va, un peu par hasard. « Je suis parti avec eux, mais je n'avais jamais couru plus de 10 km en compétition. Pour mon premier, j'ai fait 2 h 20' 40". C'est à partir de ce moment-là que je suis vraiment passé sur marathon » À Berlin, il découvre l'ambiance de la course.

J'ai dû crapahuter tout en haut d'une montagne pour repérer la voiture de mon père, qui m'attendait avec Mehdi. » Il commence alors à s'aligner sur les 10 km du circuit alsacien. Dès le début, il réussit de très bons chronos, comme le petit frère, avant lui, sur ses premiers 1 500 m. Son premier 10 km est bouclé en 35 minutes, sans s'être beaucoup entraîné. À cette époque, Samir a 22 ans. Il vient de commencer la course à pied et enregistre de plus en plus souvent des chronos autour de 31 ou 32 minutes sur la distance. De quoi laisser rêveurs tous les coureurs du dimanche que nous sommes ! « Je pense que c'est de famille ! Mon frère et moi, nous avons de grosses cylindrées ! C'est comme ça, on a toujours couru vite. Mon père a bouclé un semi à 54 ans en 1 h 19' ! »

Autre différence entre les deux frangins : si Mehdi a besoin de s'entraîner avec son coach, Samir, lui, préfère courir seul. Alors, forcément, il doit tout apprendre. Il fait aussi des erreurs et se blesse. Mais sa détermination fera la différence. Il est rigoureux, patient et met à profit son carnet d'entraînement. « C'est comme une bible ! Aujourd'hui encore, je retrouve des séances que j'avais faites il y a des années. » Le samedi, Samir écume les 10 km. Le dimanche, c'est la sortie longue. « À cette époque, j'aimais bien cette façon de courir. Le samedi, c'était compétition et, le dimanche, je faisais la sortie longue. »

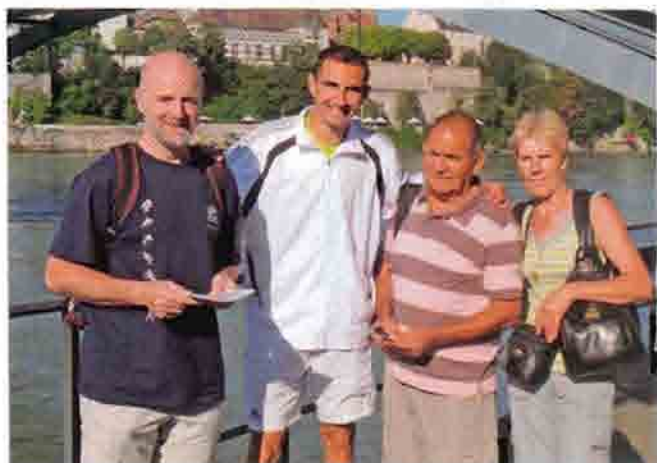
40 000 coureurs et 1 million de spectateurs dans les rues. Pour cet amoureux des courses longues, c'est comme une révélation. Un an plus tard, en 2002, au Havre, Samir décroche un premier titre de champion de France. En 2005, il décide de partir pour le Kenya. « Pour l'aventure et aussi pour découvrir l'entraînement à la kenyane. » Après un vrai périple en avion et en bus, Samir arrive au paradis des coureurs, dans la vallée du Rift. Il débarque chez Moses Tanui (plusieurs fois vainqueur du marathon de Boston, premier coureur à être passé sous l'heure au semi-marathon), dans son centre d'entraînement d'Eldoret. Similitude là encore avec Mehdi : le petit frère s'entraîne entre l'Afrique du Sud et le Mexique durant l'hiver.

Samir, lui, est parti à la rencontre des coureurs kenyans. C'est à croire que le pays a été fait pour la course ! Plateaux entièrement plats à 2 500 m d'altitude, pistes en terre battue... L'idéal pour courir. « Tu comprends pourquoi les Kenyans font beaucoup de kilomètres. Là-bas, le sol en terre battue est très rebondissant, il absorbe les chocs de l'impact. Tu peux courir beaucoup plus de kilomètres, sans risques. » Au final, il enchaîne des kilométrages de cycliste avec les champions kenyans. « Une semaine, j'avais fait 240 bornes. Sans doute la plus grosse semaine de ma vie ! »

Samir retournera une seconde fois au Kenya, en 2007, dans un « vrai camp ». Cette fois-ci, à la dure, avec des coureurs prêts à laisser leurs tripes sur la piste pour se faire

Samir préfère la nature, les courses à l'aventure, sans contrainte de tours.

Mehdi, lui, c'est la piste et les chronos. C'est la différence la plus frappante entre les deux frères.



FIERTÉ FAMILIALE Bâle, août 2007, Samir Baala vient de remporter la course des ponts. Il pose ici avec ses parents et Remy Pagoura, président du Saint-Louis Running Club, club actuel de Samir.

remarquer et courir en Europe. « La deuxième fois, c'était beaucoup plus dur. Sans électricité, tu devais faire la queue pour manger ton assiette de riz le midi et le soir. Même le cuisinier s'entraînait avec nous. Il cuisinait pour pouvoir payer son entraînement ! » Il y restera six semaines. Quelques mois plus tard, le Strasbourgeois décroche un deuxième titre de champion de France de marathon à Sénart.

DIRECTION L'ALLEMAGNE

Coup du destin ! Huit ans après avoir couru son premier marathon, le déclencheur de sa vie de coureur, Samir Baala retrouve aujourd'hui Berlin pour un autre marathon. Un autre tournant dans sa carrière et un retour aux sources. Mais cette fois-ci, il aura le maillot tricolore sur les épaules. Et son frère sera à ses côtés. « Un rêve qui se réalise pour moi. J'avais toujours rêvé d'être champion de France et de porter un jour le maillot tricolore », explique-t-il. « Je suis très heureux que mon frère ait été sélectionné, répond Mehdi. Si j'avais à choisir entre lui et moi, le choix serait vite fait. Samir le mérite vraiment. Il s'entraîne seul, il est rigoureux dans son entraînement, avec un caractère volontaire. D'autant plus que j'admire vraiment les marathoniens ».

Deux frères qui se croisent, mais qui ne se rencontrent pas souvent, vont se retrouver tous les deux sous le même maillot, aux mêmes championnats du monde. Pas banal. Au départ de leur course, ils penseront forcément l'un à l'autre. Dans les 200 derniers mètres, lors de l'emballage final, la douleur paraîtra peut-être moins intense à Mehdi. Et les 10 derniers kilomètres du marathon seront sans doute plus légers pour Samir. Deux athlètes qui courent sur des distances différentes et qui les résument finalement assez bien l'un et l'autre. « Comme si la course définissait nos personnalités », sourit Mehdi. « Je ne trahirais jamais ce sport qui m'a tant donné, conclut Samir. Je ne cours pas pour être le plus compétitif possible, mais juste pour être quelqu'un de bien. Le chronomètre est enclenché. À chaque minute qui passe, mon objectif se rapproche... »



LES DEUX FRÈRES En stage à Font-Romeu, en juillet 2008, ils posent à la cafétéria du lycée Climatique fréquentée par les champions français.



UNE ÉTOILE EST NÉE Mehdi Baala est très populaire dans les médias et c'est une des stars de l'athlétisme français.