

# Saint-Louis Running Objectif marathon !

Face au succès de son initiative, le Saint-Louis Running Club s'apprête à reconduire son opération « Osez marathon ». Un concept s'adressant à tous les coureurs, occasionnels ou débutants.

Afin de permettre au plus grand nombre de tenter l'aventure du marathon, le Saint-Louis Running Club a lancé, il y a trois ans, un programme de préparation spécifique pour tous. L'initiative a séduit, et deux marathons plus tard (Amsterdam et Berlin), 80 % de ceux qui y ont goûté, sont restés fidèles !

## Destination Florence

Une nouvelle édition se met ac-

tuellement en place, l'objectif étant d'emmener les volontaires au marathon de Florence, le 27 novembre prochain. « Les personnes intéressées peuvent venir au stade de la Frontière aux heures d'entraînement. Ils bénéficieront de conseils et de séances d'informations par le biais d'un préparateur physique », précise le vice-président Paul Anstett.

Outre l'aspect sportif, l'entité s'occupe des démarches en matière de déplacement (avion, hôtel...), intégrant l'opportunité, pour ceux qui le souhaitent, de prolonger le séjour sur place.

En 2010, 26 candidats ont réalisé leur rêve à Berlin.

La préparation se fera crescendo, ponctuée de conférences dispensées par Serge Parolin.

Les thèmes abordés : la diététique, les étirements, la préparation et la récupération.



Le Saint-Louis Running Club au marathon de Berlin en 2010.

DR

## 4e Course nature

En marge de cette opération, le dimanche 26 juin, le collectif reprendra, de surcroît, les commandes du 4e Saint-Louis Nature, rebaptisé « Foulées de la Petite Camargue ».

« Une manifestation accessible à

tous, soit en courant sur deux distances au choix, 8,5 km et 17,5 km, soit en marchant en famille dans la réserve naturelle, avec possibilité de découvrir le nordic walking. » Les bénéfices de la journée sont reversés à la Petite Camargue Alsacienne.

L'an passé, quelque 400 person-

nes avaient pris part à ce défi, l'ambition avouée par les organisateurs serait de franchir la barre des 500.

« Le parcours sera assez plat, donc accessible à tous. » Les adeptes du nordic walking emprunteront, pour leur part, le tracé de la course, sans chronométrage ni classement.

L'occasion, sans doute, d'un premier test sportif pour tous ceux qui auront décidé d'oser le marathon en 2011.

**■ SE RENSEIGNER** Entraînement du Saint-Louis Running Club, mardi et jeudi, de 18 h 45 à 20 h 30, au stade de la Frontière à Saint-Louis.  
Site internet : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org)

**Brigitte Poux**