

Le Running Club et Samir Baala à l'honneur

Le Running Club Saint-Louis a été le nouveau bénéficiaire du mécénat du Club des Entreprises.

Porté sur les fonts baptismaux en 2004, le Club des Entreprises a rallié à sa bannière 17 entreprises de Saint-Louis et de la région. Présidée par Christian Hirth, l'entité s'est dévolue à soutenir des projets pédagogiques évolutifs menés par les clubs sportifs du secteur, lesquels, dès lors qu'ils sont concernés, sont conviés à dresser un dossier exhaustif du projet.

Jean-Denis l'intermédiaire

Ce Club des Entreprises, qui tire son budget des 1 000 € annuels de cotisation versés annuellement par chaque enseigne-membre, a déjà bien travaillé en un peu plus d'un an d'existence, accordant son soutien au coureur automobile Philippe Wehrlé, à la section cadets du CADPA Huningue, au club d'échecs de la cité de Vauban.

Forcément, l'arrivée de Samir Baala au sein du Running Club



PHOTOS ASTRID FROMM

Christian Hirth a récompensé Samir Baala et le président du Saint-Louis Running club, Rémy Pagura.

Saint-Louis ne pouvait laisser les mécènes indifférents. L'ancien sociétaire de l'ASPTT Strasbourg et champion de France de marathon a pris licence en terre frontalière pour encadrer la quarantaine de jeunes licenciés du club ludovicien, qui compte par ailleurs près de 110 membres et quelque huit entraîneurs.

Jean-Denis Zoellé, l'ancien président du Running Club a joué les

intermédiaires entre ses couleurs et le Club des Entreprises, ce qui a amené à la sympathique réception de ce mercredi sous les lustres du restaurant «Porte de France» de Saint-Louis. Rémy Pagura, l'actuel président du Running-Club, a pu rappeler à l'assistance tous les bienfaits que devrait générer, en principe, l'arrivée de Samir Baala, champion d'exception, membre de l'équipe de France et qui partici-

pera prochainement au marathon de Paris en vue d'une qualification pour les championnats du Monde de la spécialité. Christian Hirth, de son côté, a rappelé l'éthique du Club des Entreprises qui, c'est certain, ne s'arrêtera pas en si bon chemin. En attendant, ce sont 2 000 € bienvenus, qui vont gonfler la trésorerie du Running-Club, ravi de l'opération.

CHRISTIAN FROMM



Une nouvelle société rejoint le Club des Entreprises.

Trois Frontières sport

Athlétisme « Je suis un fou, mais je suis heureux ! »

L'ancien marcheur de l'équipe de France, Bruno Windenberger (Saint-Louis Running club) court encore et toujours à 54 ans avec trois marathons, dont celui du Jura alsacien le 5 novembre prochain, et les 100 kilomètres de Millau chaque année.

Ses paroles courent dans sa bouche, l'air ne manque pas. Pas à pas, Bruno Windenberger rythme son histoire. Un parcours hors du commun sur les traces d'un crosseur devenu marcheur, mais dont la volonté de son enfance paysanne repousse chaque saison des limites hors du commun pour la plupart des sédentaires.

Avec une hygiène de vie irréprochable sur la base d'une nourriture bioclimatique, à savoir une place prépondérante aux légumes et fruits crus de saison, le natif de Steinbrunn-le-Haut n'en finit plus de parcourir des kilomètres, au moins un jour sur deux. À tel point que le frontalier rythme son réveil avec 42 pulsations au petit matin, un battement digne d'un athlète de haut niveau en lice sur le Tour de France cycliste.

Essai concluant

Avec 54 printemps au compteur, Bruno Windenberger entretient une jeunesse de corps et d'esprit, qu'il a entamée en 1968 en cross sous les couleurs de l'AC Sundgovia. Après un essai concluant au championnat du Haut-Rhin, auquel il s'était rendu à vélo à Pulversheim à

avoir 27 kilomètres d'échauffement, pour l'avoir emporté, l'athlète s'était alors spécialisé dans la marche, discipline pour laquelle il a porté à douze reprises le maillot de l'équipe de France avec un temps de référence de 1 h 29' sur 20 kilomètres, « une moyenne de plus de 14 km/h ».

Pendant quatre ans, Bruno Windenberger a engrangé « une bonne expérience, qui m'a permis de voyager notamment au Mexique ou en Suède », avant de revenir à ses premiers amours, la course à pied. Et depuis ce temps, il a gardé cette motivation d'un cadet. Alors que son record sur marathon est de 2 h 35', le sociétaire du Saint-Louis Running club reste un phénomène, puisqu'il court ses trois marathons dans l'année à Fribourg-en-Brisgau, Bâle et prochainement à Ferrette en quelque trois heures.

Avec ses forces de caractère et de la nature hors du commun, le citoyen de Sierentz trouve l'énergie chaque année pour défier les 100 kilomètres de Millau. Le 23 septembre dernier, le dossard 1697 affiché sur son casier au Gymnase de Saint-Louis, où l'employé municipal assure l'entretien, Bruno Windenberger a terminé 147^e en 10 h 09'. « C'était la dixième fois que je courais à Millau. C'est très difficile, car il y a un dénivelé de 2 300 mètres. Il y a la côte de Creisel, sous le viaduc, qui est très raide au 55^e kilomètre. Il a beaucoup plu cette année, mais personnellement, ça ne m'a pas gêné ».

Forest Gump frontalier

Le Forest Gump du secteur frontalier aime tellement l'effort, qu'il fait abstraction de tout, même de manger, pour avoir ha-



Bruno Windenberger ne cesse de courir.

Photo G. Legard

bitué son corps et ses glandes surrénales à compenser ce sous-régime. « Il y en a qui se gavent avant le départ pour tenir le coup, mais je les vois vomir en cours de route. Je sais ce qui m'attend, j'essaie d'être régulier. Au bout de 70 kilomètres, c'est surtout la force mentale, qui prend le dessus, même si on est dans le rouge. Il faut gérer, mais avec l'âge on est plus tenace ». Et la marge de manœuvre paraît grande pour celui qui a déjà parcouru 100 kilomètres en 7 h 40' à Vogelgrun dans les années 1980. « Cette année, il y avait un monsieur de 78 ans, qui a fini en 16 h, j'ai encore de la marge ». Marge qu'il entretient après l'effort avec de longues séances d'étirements réparatrices contractées lors de son passage en équipe de France de marche.

Optimiste à grandes enjambées, Bruno Windenberger entretient un bien-être, qu'il ne lâcherait pour rien au monde. « La course à pied, c'est mon moteur, mon envie et mon plaisir. Ça me sert de carburant. Avant Millau, je

me suis reposé pendant cinq jours avant la course, mais je sentais que ça me manquait. Il fallait y aller. C'est une bonne dépendance ». Il faut vraiment que les conditions météorologiques soient extrêmes, pour qu'il ne se lance pas dans le Sundgau ou dans la forêt de la Harth pour courir, comme l'hiver dernier.

Mais la leçon de la nature devrait tout de même être retenue pour la saison 2007. « À cause de la neige, j'en ai fait un peu moins et au printemps, j'étais mieux, j'avais bien rechargé les batteries avec ce repos forcé. Je repars sur les mêmes bases d'entraînement, avec un même programme de courses, plus le Trophée des Vosges ».

Ce « fou », qui respire la santé à hauteur de sa capacité pulmonaire de 6,2 litres, n'a pas fini d'avaloir des kilomètres. Et Bruno Windenberger de clamer : « Je suis un fou, mais je suis heureux ! ».

Gilles Legard

Claude Hartmann, ancien chef des sapeurs pompiers de Saint-Louis, pratique la course à pied assidûment. Prochain objectif : le marathon de Berlin le 24 septembre.

Sapeur pompier rime souvent avec condition physique. Claude Hartmann, 64 ans, a sa carrière de sapeur-pompier derrière lui, mais il n'a pas lâché la course à pied, ni le ski de fond. Cet hiver, il a encore participé au marathon de l'Engadine en Suisse, ou encore à La Transjurassienne. « Mais j'arrête, il y a souvent la pluie, le froid et le vent, c'est trop dur. Je pense que c'est l'épreuve la plus dure avec ses 76 kilomètres ». Sa faculté de récupération reste indéniable et Claude Hartmann sait gérer ses efforts comme aux Foulées de Rosenau. « Je suis un diesel. Sur 10 kilomètres, je peux courir en 55 minutes. Ce n'est pas une perf, mais ce n'est pas n'importe quoi non plus ». S'il n'aime pas la souffrance, ce sexagénaire sait tout de même ce que signifient les ressources



morales. « Au marathon de l'Engadine, c'est un parcours relativement plat et descendant, mais ça se passe à 1850 m d'altitude. L'ambiance et le haut niveau sont au rendez-vous mais les conditions peuvent être exécrables, on a déjà eu du vent jusqu'à 70 km/h ». Sa capacité à lutter contre les éléments, Claude Hartmann l'a entretenue avec trois fois le Mont-Blanc à son actif et quatre fois l'Alsacienne des Crêtes. « La dernière fois que je suis allé au Mont-

Blanc, c'était en 1984 pour le 150e anniversaire des pompiers. On l'a fait sans véritable entraînement, on nous a traités de dingues ». Si l'entraînement n'était pas assidû à cette époque, il l'est devenu aujourd'hui, avec tout de même de sérieuses références comme le Tour du Morvan et ses 120 kilomètres. Tout a débuté grâce à un copain. « Un copain de boîte rentrait des États-Unis il y a plus de vingt ans de ça, et il avait pris l'habitude de courir entre midi et deux. Je le

regardais avec des grands yeux au début et j'ai commencé lentement ». Mais sûrement pour celui qui vise désormais le marathon de Berlin le 24 septembre. « Je voulais aller à New-York, mais le nombre de places est limité. L'an dernier, j'ai fait mon premier marathon à Bâle, en cinq heures. J'ai eu des crampes aux alentours du 32e kilomètre et j'ai boité pendant un ou deux jours, mais l'ambiance était super. Je cours toujours trois fois par semaine avec un entraînement spécifique à Allschwil ». Et ce Hésinguois n'a pas perdu de vue de participer au marathon de New-York, pour lequel il est pré-inscrit pour l'année prochaine. « C'est mythique, je rêve de le courir en 4h40' ». Adeptes de la musculation quotidienne, Claude Hartmann se donne les moyens d'entretenir sa philosophie du sport. « Il faut que ça reste du plaisir ». Et le meilleur moyen de parvenir à ses fins est d'assurer un travail régulier. Le vice-président du Saint-Louis Running club montre ainsi l'exemple aux athlètes en herbe.

G.L.

Athlétisme

Marathon du Jura alsacien

Samir Baala, comme à l'entraînement

Le double champion de France en titre de la discipline n'a pas fait dans la dentelle pour sa première participation à l'épreuve sundgauvienne. Il a survolé les débats et relégué les deux favoris russes à plus d'une minute.

En père peinard, Samir Baala a franchi la ligne d'arrivée, comme si cela coulait de source de boucler un marathon le sourire aux lèvres. Sur le papier, les 42 km 195 de la discipline n'ont pourtant rien d'une balade des gens heureux. Surtout quand le parcours traverse les monts et vallons du Jura alsacien. Car si les 320 athlètes engagés se sont assurément délectés des paysages magnifiques de l'automne sundgauvien, ils en ont surtout pris plein les mollets pendant près de trois heures. Sauf, donc, Samir Baala...

Du Renaud dans les oreilles

« Franchement, c'était comme une course d'entraînement pour moi, racontait le Ludovicien une fois rhabillé. J'étais facile tout le long, je me suis même mis le dernier album de



« J'avance mieux quand il fait froid. » Samir Baala s'est baladé hier dans les collines du Jura alsacien, malgré la fraîcheur du matin, et remporté le premier marathon de sa saison. Photo Jean-Paul Domb

Renaud dans les oreilles. J'étais venu ici pour chercher des sensations de facilité avant le marathon de La Rochelle, je les ai eues. »

Devant lui, les deux Russes Victor Rogovoy et Dimitri Chatkin, assuraient pourtant le train depuis le départ, et laissaient très largement penser qu'une

course d'équipe se profilait à l'horizon. « Je n'étais pas venu pour gagner, expliquait Baala. Mais j'ai fait une bonne course tactique, et finalement, j'ai sorti le bout de mon nez au 25^e km. Et comme ce n'était pas très costaud en face aujourd'hui, je suis allé au bout. » Sur un terrain qu'il définit comme son

jardin, avec des montées et des descentes, l'Alsacien faussait compagnie à ses deux principaux adversaires aux alentours de Mooslargue, à sept kilomètres de l'arrivée. « La fin du parcours, c'était plutôt comme un toboggan ! », estimait pour sa part le dauphin de Baala, Victor Rogovoy, bien

moins frais sur la ligne d'arrivée que son cadet.

Au final, le double champion de France en titre de marathon, 4^e à Albi cette année en 2h22'33", signait un chrono de 2h26'56", bien meilleur que le temps signé par le Tanzanien Benedikt Ako en 2005 (2h31'02"), mais en deçà du record de l'é-

preuve signé par l'Ukrainien Anatoly Zeruk en 2004 (2h24'27").

« Ce temps, c'est équivalent à 17 km/h de moyenne, et c'est exactement ce que j'avais prévu, expliquait Samir Baala, décidément satisfait de son déplacement dans le Sundgau. Je voulais courir à 10-15 minutes de mes possibilités chronométriques, et c'est ce que j'ai fait. J'apprécie ce temps d'autant plus que c'est le parcours de marathon le plus dur que j'ai couru jusqu'ici. »

Objectif : La Rochelle

Le Ludovicien, dont c'était ainsi la dernière grosse sortie avant le marathon de La Rochelle (fixé au 26 novembre prochain), avait justement signé l'année dernière son record personnel de marathon sur les plates bandes de Charente-Maritime en 2h18'29". Cette année, il veut faire encore mieux. « Je me sens bien, j'ai les jambes, et en plus c'est mon époque, affirme le sociétaire du Running Club de Saint-Louis, avec qui il vient de remporter son premier titre. Je suis toujours plus performant à l'automne qu'au printemps. » À l'heure où les feuilles tombent, et la plupart des athlètes tirent la langue, il y en a donc d'autres qui sont en fleurs, avec des fourmis dans les tiges. Samir Baala est de ceux-là.

Fabien Rouschop