

SAINT-LOUIS En Petite Camargue Alsacienne

# 6<sup>e</sup> course nature

Le Saint-Louis Running Club et la Ville invitent, le samedi 22 juin, à gagner la réserve naturelle. Cette année des courses jeunes s'ajoutent à la course des seniors.



Les sportifs et organisateurs du Saint-Louis Running Club. Document remis.

**C**ette manifestation s'adresse à tous les amoureux de la nature, sportifs licenciés ou amateurs. Elle se tiendra, comme lors des précédentes éditions, sur le site de la Petite Camargue Alsacienne, à Saint-Louis.

**Les courses jeunes se dérouleront dans l'enceinte du stade de l'Au à Saint-Louis-Neuweg, dès 17 h.**

Cette année le SLRC innove en organisant plusieurs courses de jeunes et une seule course de 10 km pour les seniors. Cette dernière étant également ouverte dès la catégorie « cadets ».

Les épreuves gratuites pour les jeunes permettront aux coureurs de faire connaissance avec la course à pied ou de se mesurer entre copains et copines. Ces courses se dérouleront dans l'enceinte du stade de l'Au à Saint-Louis-Neuweg, dès 17 h.

À travers ces nouvelles propositions, le SLRC vise tout spécialement les jeunes des diverses associations sportives de Saint-Louis et des environs. Aucune participation financière n'est demandée pour les jeunes.

La course de 10 km (de cadets à seniors) s'élancera à 19 h.

Le parcours sera le même que les années précédentes : après un tour complet du stade de l'AU les coureurs se dirigeront vers Village-Neuf puis, en suivant le canal se dirigeront vers Rosenau puis retourneront vers le stade en passant par les chemins de la Petite Camargue.

### Course des 3 Pays

Le 26 mai le SLRC avait co-organisé la « Course des 3 Pays » : semi-marathon partant de Bâle (Marktplatz), passant par la France, traversant le Rhin par la Passerelle des Trois pays pour faire un tour en Allemagne, puis retour et arrivée en Suisse.

Tous les membres du club mobilisés pour l'événement ont parfaitement rempli leur rôle, au départ et tout au long du parcours en France. De nombreux coureurs ont apprécié leur gentillesse et leurs encouragements.

Cette année le record de participants a été battu, plus de 1 200 sur les différentes courses.

En plus de s'impliquer dans l'organisation des courses, les athlètes s'entraînent régulièrement au Stade de la Frontière (les mardis et jeudis soirs) ou dans la nature et participent également à de nombreuses courses dans la région.

Grâce à l'excellent travail et investissement des deux entraîneurs diplômés, Yannick Bubendorff et Joaquim Ferraz, les séances d'entraînements permettent aux athlètes d'améliorer leurs performan-

ces sans aller au-delà des limites et dans une remarquable ambiance.

De nombreux nouveaux coureurs ont rejoint le club cette saison pour profiter des conseils des « anciens » et des entraîneurs. Les féminines sont de plus en plus présentes et forment une belle équipe.

Une petite restauration (grillades, crêpes, etc.) sera organisée durant cette soirée avec bien sûr une buvette. La remise des prix se tiendra vers 20 h 30. ■

► À la Petite Camargue Alsacienne le samedi 22 juin Adultes sur la course de 10 km : 9 €. Pour les jeunes : participation gratuite. Site du Saint-Louis Running club : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org)

### Départs des courses jeunes

**À 17 h 00** : « Pampers » né (e) s 2006 et après distance 250 m.

**À 17 h 15** : école d'athlétisme né (e) s 2004 - 2005 ; distance 600 m.

**À 17 h 30** : poussines/poussins né (e) s 2002 - 2003 ; distance 1000 m.

**À 17 h 45** : - benjamins (nés) né (e) s 2000 - 2001 ; distance 2 500 m.

- minimes (F/G) né (e) s 1998 - 1999 ; distance 2 500 m.

SAINT-LOUIS Entraînement du « Saint-Louis running club »

# Courir pour le succès

Le Saint-Louis running club fait émerger de grands talents depuis 1984. Dimanche, quelques membres vont se défier pour les « 20 bornes de Huningue ».

Un bon entraînement est la B-a ba du succès. Ce n'est pas seulement une formule que les enfants apprennent à l'école. Mais, l'adage s'applique aussi à l'entraînement sportif. Pour les fervents admirateurs de course à pied du Saint-Louis running club, il est l'essence même de leur philosophie sportive. Les résultats de leurs compétitions pendant les dernières semaines leur donnent raison. Reste à voir ce qui se passera pour les « 20 bornes de Huningue » dimanche prochain.



L'équipe suit les instructions de l'entraîneur Yannick Bubendorf (troisième à droite). DOCUMENTS

REMIS

Le Saint-Louis running club compte au total 70 membres licenciés à la Fédération française d'athlétisme. « C'est un grand nombre, mais on se connaît tous », constate Yannick Bubendorf (30 ans), entraîneur au club depuis six années. Il trouve l'atmosphère parmi les membres extraordinaires. « Je pense qu'une

grande partie du succès vient aussi de la bonne ambiance entre les membres ».

## Le Tower-Run à Bâle

Les concours des semaines passées, entre autres le Tower-Run à Bâle samedi dernier, le montrent bien. Yannick Bubendorf, qui travaille comme pompier volontaire à Blotzheim, et deux autres amis du club, Emmanuel Bisel (Muespach-le-Haut) et Matthieu Brun (Oltingue) ont atteint la première place. Plus de quinze kilos sur les épaules (comprenant veste, casque, bouteille d'oxygène et d'autres équipements de pompiers), ils ont monté les 31 étages (105 m) du Messeturm en cinq minutes et six secondes. « Plus vite que les autres 43 troupes », dit Emmanuel Bisel avant d'ajouter avec un clin d'œil, « mais moins vite que pendant l'entraînement ». Pour la première fois en quatre ans, ce trio a finalement raflé le trophée, leur joie étant fort perceptible. « On va le fêter avec les autres. »

Depuis sa licence d'entraîneur, Yannick Bubendorf a déjà poussé un grand nombre de runners hors de leurs limites. « Mais, c'est ce qu'on veut, non ? », avoue Muriel Hubschwerlin, membre au club depuis trois ans, « deux fois par semaine, il faut qu'on souffre. C'est là où on progresse. » Leur prochain grand rendez-vous sera donc les « 20 bornes de Huningue ». Muriel Hubschwerlin y envisage un total de 20 km, comme Gaëlle Chenal. Fabrice Hubschwerlin et Fabien Chagnon, par contre, se sont eux préparés pour l'épreuve des cinq kilomètres. « Nous essayons d'adapter nos entraînements à tout le monde », résume Yannick Bubendorf. « L'espère qu'ils vont bien représenter notre club dimanche prochain. Mais, franchement, je ne n'en doute pas ! » ■

MICHAELA DROST

» L'entraînement a lieu tous les mardis et jeudis à partir de 18 h 45 au stade de Trois Frontières. Plus d'informations : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org).

« Deux fois par semaine, il faut qu'on souffre. C'est là où on progresse. »



Les trois gagnants du Tower-Run avec 15 kilos d'équipement.

# Genève, au pas de course

Sept athlètes du Saint-Louis running club ont participé, dimanche 5 mai au 9<sup>e</sup> semi-marathon de Genève.



Les athlètes à Genève. DR

**APRÈS L'ESCAPADE EN SAVOIE** en octobre dernier, l'envie de s'essayer à d'autres courses hors de la région motive des athlètes du SLRC. Céline qui désireait courir son premier semi-marathon a entraîné avec elle six coureurs afin de ne pas être seule pour cette première expérience.

## Le long du lac Léman

Elle a minutieusement organisé le week-end ainsi que tous les détails pratiques. Dimanche matin, les sept athlètes, se sont élancés sur le parcours du semi-marathon qui longeait le lac Léman. Le parcours « très rou-

lant » et le beau temps ont permis à nos athlètes de réaliser de bons temps, c'est la récompense de tous leurs efforts aux entraînements.

Les temps des participants : Fabrice 1 h 36 min 03 s ; Sébastien 1 h 38 min 58 s, Muriel 1 h 41 min 08 s ; Vanessa

1 h 44 min 58 s ; Céline 1 h 57 min 50 s ; Carole 2 h 00 min 33 s ; Janet 2 h 03 min 50 s.

Certains ont tellement pris plaisir sur cette course qu'ils envisagent d'autres courses de même distance ou même pourquoi pas un marathon !

Mais l'actualité du Saint-Louis running club ne s'arrête pas à cette course, le dimanche 26 mai il sera organisateur de la « Course des 3 Pays » dont le départ et l'arrivée se situent à Bâle avec un passage en France puis en Allemagne (<http://3laenderlauf.org/>) et le samedi 22 juin il organise sa « Course Nature » dans le merveilleux cadre de la Petite Camargue Alsacienne. ■

► Renseignements ([infos@sl-running.org](mailto:infos@sl-running.org)) et inscriptions à partir du site Internet du club : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org). Les séances d'entraînements se déroulent tous les mardis et jeudis de 18 h 45 à 20 h 30 au stade de la Frontière à Saint-Louis. Ces entraînements s'adressent autant aux débutants qu'aux plus confirmés désireux d'améliorer leurs performances.

# Course à pied Un sport à découvrir pendant la pause déjeuner



**Courir avec l'office des sports et le Running club, tous les vendredis de 12 h 30 à 13 h 15.**

**Photo B.P.**

L'office des sports de la Ville de Saint-Louis et le Running club ont reconduit les séances hebdomadaires de course à pied pendant la pause de midi.

Chaque vendredi, de 12 h 30 à 13 h 15, adultes et seniors seront attendus pour une initiation à la course à pied à la Petite Camargue, au départ du stade de l'Au (ou au stade de la Frontière, en fonction de la météo).

Aux commandes de l'initiative, l'office des sports de la Ville de Saint-Louis, en partenariat actif avec le Saint-Louis Running club qui met à disposition un de ses athlètes. L'objectif de cette démarche : promouvoir la spécialité, en

la rendant accessible au plus grand nombre par le biais d'un entraînement collectif structuré.

À raison de 45 minutes d'effort par séance, les personnes intéressées sont invitées à relever le défi d'une pause sportive. Le créneau est ouvert aux adultes et aux seniors et est totalement gratuit. L'inscription préalable est néanmoins souhaitée auprès du service des sports de la mairie de Saint-Louis.

**Brigitte Poux**

■ **S'INSCRIRE** Découverte de la course à pied tous les vendredis de 12 h 30 à 13 h 15. Séances au départ du stade de l'Au à partir du 17 mai. Contact : Thierry Lang, service des sports, tél. 03.89.69.52.96

# Saint-Louis Running club : le semi-marathon de Genève, que du plaisir !

**Sept athlètes du Saint-Louis Running club ont participé, dimanche 5 mai au 9<sup>e</sup> semi-marathon de Genève.**

Après l'escapade en Savoie en octobre dernier, l'envie de s'essayer à d'autres courses hors de la région motive des athlètes du SLRC (Saint-Louis Running club). Céline qui désirait courir son premier semi-marathon a entraîné avec elle six coureurs afin de ne pas être seule pour cette première expérience. Elle a minutieusement organisé le week-end.

Dimanche matin, les sept athlètes se sont élancés sur le parcours du semi-marathon qui longeait le lac Léman. Le parcours « très roulant » et le beau temps ont permis aux athlètes de réaliser de bons temps, c'est la récompense de tous leurs efforts aux entraînements.

Les temps des participants : Fabrice 1h36'03"; Sébastien 1h38'58"; Muriel 1h41'08"; Vanessa 1h44'58"; Céline 1h57'50"; Carole 2h00'33"; Janet 2h03'50".

Certains ont tellement pris plaisir à participer à cette course qu'ils envisagent d'autres épreuves de



**Sept athlètes du Saint-Louis Running club ont couru un semi-marathon à Genève.**

**DR**

même distance ou même pourquoi pas un marathon !

## **Deux rendez-vous**

Mais l'actualité du Saint-Louis Running club ne s'arrête pas à cette course. Le dimanche 26 mai, il sera coorganisateur de la Course des 3 Pays dont le départ et l'arrivée se situent à Bâle avec un passage en France puis

en Allemagne (<http://3laenderlauf.org/>) et le samedi 22 juin il organise sa course nature dans le merveilleux cadre de la Petite Camargue alsacienne.

Les détails de cette manifestation paraîtront dans un prochain article.

Mais vous pouvez dès à présent avoir des renseignements (in-

fos@sl-running.org) et vous inscrire à partir du site Internet du club : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org).

Les séances d'entraînement se déroulent tous les mardis et jeudis de 18 h 45 à 20 h 30 au stade de la Frontière à Saint-Louis. Ces entraînements s'adressent autant aux débutants qu'aux plus confirmés désireux d'améliorer leurs performances.

# Chiens de traîneau Le grand chelem pour le musher Alain Diffort

Nanti de trois titres nationaux, d'un titre européen et d'un titre mondial, le musher Alain Diffort vient de boucler une saison de rêve.

Tout avait pourtant mal commencé pour Alain Diffort, licencié au Saint-Louis Running Club et au Club du Mont-Blanc, placé sous l'égide de la Fédération française de pulka et traîneaux à chiens, quand une entorse avec arrachement osseux le contraignit au repos de mai à août. « Je n'ai pu reprendre qu'en septembre, cumulant les distances, entre l'entraînement sur mesure pour le jeune Gaïko, celui en kart pour les anciens Umiaq et Unalik et les séances de l'équipe de cinq chiens », confie l'intéressé qui comptabilise jusqu'à 45 km cumulés.

Fin octobre, il part participer à la Diagonale du fou à l'île de La Réunion en compagnie de sa fille Jennifer. « Nous avons couru 64 km avec 3500 mètres de dénivelé positif. » Une expérience qu'il compte renouveler, en augmentant la difficulté (94 km et 5200 m de dénivelé).

## Trois titres nationaux

Dès son retour, la reprise s'annonce difficile. « Il pleuvait tout le temps et il y avait trop de boue ! » Après une chute à vélo, Alain décide d'arrêter, envisageant même de mettre un terme à sa saison. Finalement, il ressortira l'attelage avant Noël et introduira le jeune Gaïko dans l'équipe, portée à six.

Une première course de vitesse (12 km) à Gresse-en-Vercors servira de test... gagnant. Le team enchaîne à l'Alpe-du-Grand-Serre, en Isère. « Balkan a été malade et nous sommes partis à cinq chiens. Entre les deux manches, il a fallu



Alain Diffort et Gaïko, qui a fait ses débuts au sein de l'attelage.

Photo B.P.

changer la position de Gaïko », raconte Alain Diffort. La victoire sera au bout...

Trois titres nationaux viendront couronner l'équipage : à Méaudre, dans le Vercors, avec quatre chiens en moyenne distance (29 km), où Alain affiche 2 h 54 sur deux manches, à Cuvery, dans l'Ain, en sprint (12 km) avec six chiens, et lors de la course du club français de chiens nordiques et spitz du Japon. « En moyenne distance, nous sommes champions nationaux depuis 2005. »

## Le grand chelem

Un sprint à Lus-la-Croix-Haute lui permettra d'engranger une

nouvelle victoire à six chiens avant d'aborder les mondiaux à Neukirchen en Autriche. « C'était une première à quatre chiens et nous remportons le titre en sprint (7 km) avec près de cinq minutes d'avance sur trois manches. »

Après le mondial de sprint, Alain renouera avec la moyenne distance (18 km) aux Pontets, dans le Doubs, avec un autre sacre et un bon chrono de 1 h 10 (« Nous n'étions que deux sous 1 h 30 »).

Un dernier rendez-vous attendait le musher et son équipe, à savoir les championnats d'Europe de moyenne distance à Innerkrems en Autriche. « À ce niveau, la condition physique du musher joue énormément. » Ses entraînements d'athlétisme font la différence, puisqu'il relègue le second à plus de 30 minutes.

La saison est à présent close et Alain Diffort a entamé le désentraînement de ses groenlandais. Classé meilleur musher six chiens et premier de moyenne distance et sprint quatre chiens, il a réalisé le grand chelem, avec en prime le harnais d'or et le coq sportif décerné par la fédération. Respect !

Textes Brigitte Poux



Alain Diffort a tout gagné en sprint et moyenne distance.

DR

## La relève est assurée



Le jeune Théo Kentzinger, 11 ans, signe son premier podium aux Pontets, dans le Doubs. DR

Initié par Alain Diffort, le jeune Théo, 12 ans, semble suivre les traces de son mentor. Une première médaille de bronze chez les adultes augure une carrière prometteuse.

« Théo débute et concourt avec un attelage de deux chiens », témoigne Alain Diffort qui s'est donné pour mission d'inculquer les fondamentaux de la discipline au jeune fils de son épouse.

Afin de lui permettre d'asseoir les premières bases, il lui a confié Umiaq et Unalik, tous deux âgés de 10 ans et moins rapides que de jeunes chiens. Théo a appris à conduire le kart et à se faire respecter par son duo. Cet hiver, il a participé à la course des enfants à Méaudre et a pris ses premiers repères. À Lus-la-Croix-Haute, le jeune musher fera son entrée dans la cour des grands, s'invitant au départ avec les adultes.

Une révélation pour Théo, qui se montrera efficace et performant. « Aux Pontets, il était engagé en sprint, alors pour qu'il gagne en vitesse, je lui ai donné

Chiva, 6 ans, en remplacement d'Umiaq. » Un choix judicieux qui conduira le jeune garçon vers un premier podium et une médaille de bronze.

## Premier podium aux Pontets

« Après la première manche, le 4<sup>e</sup> n'est qu'à quatre secondes, il sera à 2'30 au terme du deuxième passage », jubile Alain. Le bilan de cette première saison est d'ores et déjà satisfaisant.

Pratiquant aussi le triathlon, Théo semble avoir les cartes en main pour assurer la relève au sein du foyer. « La saison prochaine, je vais peut-être lui laisser deux chiens plus jeunes et d'ici deux ou trois ans, je lui donnerai les meilleurs. »

Maillon incontournable de la réussite d'Alain et de Théo, Karine, assistante de l'ombre, ne connaît pas la gloire mais fait l'unanimité de ses protégés : « Sans elle, nous ne pourrions pas courir, elle aide au départ, à l'arrivée, promène les chiens avant la course, aide Théo et s'occupe de l'intendance... » En coulisses et sur le terrain, c'est une histoire d'équipe et de famille ! Théo, âgé de 12 ans à présent, n'a aucun souci à se faire, ses supporters sont en or.

## **Athlétisme** La course Saint-Louis Nature dans les starting bloks



L'édition 2012 de la course Saint-Louis Nature avait connu un beau succès. Cette année, 1200 participants sont d'ores et déjà attendus aux différentes courses programmées. Archives B.P.

**Après la Course des trois pays, le Saint-Louis running club, avec le soutien de la Ville et de la Petite Camargue alsacienne, propose un nouveau rendez-vous aux athlètes. Il s'agit de la sixième édition de la course Saint-Louis Nature qui, le samedi 22 juin prochain, réunira des participants de tous âges.**

Coorganisateur de la Course des trois pays, le Saint-Louis running club a à nouveau mobilisé ses troupes pour mettre sur pied un événement dont il souhaite faire un grand succès populaire, le sa-

medi 22 juin : la course Saint-Louis Nature. Une mission déjà accomplie ou presque pour l'équipe de Rémy Pagura puisque, cette année, quelque 1200 coureurs sont attendus dans les différentes épreuves. Elles se dérouleront au stade de l'Au et alentours.

### **Nouveau concept**

Pour la sixième édition de cette manifestation, son concept a été revu : elle comportera plusieurs courses de jeunes et une seule épreuve de 10 km pour les seniors (distance ouverte aux jeunes dès les cadets).

Les épreuves pour les jeunes seront gratuites et leur permettront de découvrir la course à pied et se mesurer entre copains, dans l'enceinte du stade à partir de 17 h. Les enfants des associations sportives de Saint-Louis sont invités à s'y retrouver nombreux.

Le coup d'envoi de la course phare de 10 km sera donné, quant à lui, à 19 h. Le tracé sera identique à celui des éditions précédentes : un tour complet du stade de l'Au en direction de Village-Neuf, puis Rosenau en suivant le canal et enfin retour au stade par les chemins de la Petite Camargue.

Une petite restauration (grillades, crêpes, etc.) ainsi qu'une buvette seront disponibles sur place.

Comme lors des éditions précédentes, une partie des recettes sera reversée à la Petite Camargue alsacienne.

### **Deux entraînements par semaine**

Les entraînements, au Saint-Louis running club, ont lieu deux fois par semaine (le mardi et jeudi soir), sous la conduite de Yannick Bubendoff et Joachim

Ferraz, diplômés d'État. Ils se déroulent au stade de la Frontière ou en pleine nature. De nouveaux coureurs ont rejoint le club cette saison pour bénéficier des conseils des anciens, les féminines sont elles aussi de plus en plus nombreuses.

**Brigitte Poux**

**■ Y ALLER** 6<sup>e</sup> course Saint-Louis Nature, le samedi 22 juin au départ du stade de l'Au à Saint-Louis. Horaires des courses : 17 h, départ des « Pampers » (garçons et filles nés en 2006 et après), sur 250 m 17 h 15 : école d'athlétisme (né (e) s en 2004 et 2005), sur 600 m 17 h 30 : poussins (né (e) s en 2002 et 2003), sur 1000 m. 17 h 45 : benjamins (né (e) s en 2000 et 2001 et minimes (né (e) s en 1998 et 1999), sur 2500 m. 19 h : Course de 10 km pour les adultes (à partir des cadets). La remise des prix est prévue vers 20 h 30. Participation : 9 € pour la course de 10 km, gratuite pour les courses de jeunes.

**■ SURFER** [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org)

# Courses nature La sixième édition se déroule le 22 juin



Le Saint-Louis Running Club organise sa sixième course dans la Petite Camargue alsacienne.

DR

## La quatrième édition des Courses nature est organisée ce samedi 22 juin dans la Petite Camargue alsacienne.

Le samedi 22 juin auront lieu les 10 km de Saint-Louis dans la Petite Camargue alsacienne. Un événement organisé par le Saint-Louis Running Club en association avec la Petite Camargue alsacienne (PCA) et la Ville de Saint-Louis. La PCA étant la première réserve naturelle d'Alsace, c'est un privilège d'y organiser des courses. Identique aux années précédentes, la course fera d'abord un tour complet du stade

de l'Au, puis prendra la direction Village-Neuf, Rosenau en suivant le canal et retour vers le stade de l'Au via les chemins de la Petite Camargue. C'est un parcours plat sur sentiers en forêt et le long du canal, propice à des temps intéressants. Trois ravitaillements se trouvent sur le parcours ainsi qu'un à l'arrivée.

Pour cette nouvelle édition, des courses de différentes distances sont proposées pour les jeunes à partir de 6 ans et une course de 10 km pour les adultes (à partir des cadets et cadettes).

Des lots seront remis immédiatement à chaque participant des courses jeunes. Une récompense sera remise pour les trois pre-

miers de chaque catégorie (M et F) pour la course des 10 km. La remise des prix se fera à 20 h 30. Les courses jeunes sont gratuites, 9 € pour la course des 10 km.

Les inscriptions de dernière minute sont possibles le jour même au stade de l'Au à partir de 16 h et jusqu'à 30 minutes avant le départ, moyennant un supplément de 2 €. Un certificat médical datant de moins d'un an attestant l'absence de contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou de la course à pied est obligatoire.

Comme pour les éditions précédentes, une partie des recettes sera reversée à la Petite Camargue alsacienne. Le SLRC, avec le Lions club, a déjà versé plus de

12 000 € pour des aménagements ou l'achat de matériel.

Une petite restauration sera organisée par le club à partir de 18 h : grillades, crêpes et une buvette.

■ **SE RENSEIGNER** Renseignement et inscription : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org)

## Programme

### Départs courses jeunes

**17 h** : Pampers, né(e)s en 2006 et après ; distance 250 m ; **17 h 15** : école d'athlétisme, né(e)s en 2004 et 2005 ; distance 600 m ; **17 h 30** : poussin(e)s, né(e)s en 2002 et 2003 ; distance 1 000 m ; **17 h 45** : benjamin(e)s, né(e)s en 2000 et 2001 ; + minimes (f/g), né(e)s en 1998 et 1999) distance 2 500 m

### Départs courses adultes (seniors, juniors, cadets et cadettes)

**19 h** : course des 10 km.

# Saint-Louis Nature

## Plaisir et soleil..



Départ du 10 km. Photo Brigitte Poux

### Nouveau concept, nouveau tracé et nouveaux vainqueurs : la course Nature du Saint-Louis Running Club a changé de visage et de distance. Les participants s'en sont délectés.

Face à un engouement qui a eu du mal à évoluer, la course du Running Club initiée à la Petite Camargue Alsacienne a subi une métamorphose. Un choix volontaire pour une compétition qui semblait peiner à trouver sa place.

De deux distances, la course a passé à une seule, plus conventionnelle, à savoir un 10 km, en y annexant en amont, des circuits d'ouverture pour la jeunesse. Et si le nombre de participants n'a pas explosé, avec 188 coureurs au départ de la course phare, la formule semble néanmoins conforme à l'attente de ces derniers.

Les plus jeunes se sont affrontés sur quatre distances, de 250 m à 2 500 m, selon l'âge. Plus de 45 athlètes en herbe ont animé le



Les femmes ont participé en nombre. Dans les rangs, la Ludovicienne Christiane Candella, dossard n° 17.

stade de l'Au dès 17 h. Au classement scratch de la catégorie benjamins/minimes, la domination du Mulhousien Mathieu Maugeais a été sans partage face au local Maxime Gross et aux gymnastes ludoviciennes Jana Schupbach et Izel Cap.

### Le local Andreas Boehler second sur 10 km

Sur 10 km, la victoire est revenue à Yemine Beghou (Athlétisme Metz Métropole) devant le favori du cru, Andreas Boehler, et Christian Schnebelen (Altkirch Athlé Sundgau).

Plus loin dans le peloton, le Ludovicien Daniel Choquet a bouclé son défi sans préten-

tion, affichant une belle satisfaction au franchissement de la ligne : « C'est une course de reprise, après une opération. Fanny m'a donné le rythme, cela m'a bien aidé. Mon seul objectif était de finir. Le cadre a été très agréable malgré la chaleur. L'ambiance a été très sympathique ; pour moi, ça a surtout été une guerre psychologique. »

Coureur occasionnel, Daniel profite des séances de course à pied mises en place par la ville de Saint-Louis, le vendredi, et encadrées par le Running Club. Il a ainsi pu mettre à profit tous les conseils qui lui ont été dispensés.

Quelque 30 bénévoles ont été mobilisés sur le terrain, l'organisation s'étant avérée parfaite et la météo idéale.

Brigitte Poux



Jana Schupbach et Izel Cap, dans la course des benjamins/minimes.



Le groupe de tête : dossard 186, futur vainqueur, et Andreas Boehler, dossard 166.

# Saint-Louis Beghoul intouchable

**Le Thannois Yemine Beghoul n'a fait qu'une bouchée de ses adversaires samedi soir, à l'occasion de la 6<sup>e</sup> édition de la course Nature de Saint-Louis, la première en soirée, dans un cadre toujours aussi apprécié.**

Qu'elle se déroule le matin, comme les années précédentes, ou le soir, comme ce samedi, la course Nature de Saint-Louis a toujours autant de succès.

En fait, ce qui plaît le plus, c'est le cadre, la petite Camargue alsacienne, dans laquelle les athlètes apprécient de gambader. Et le Thannois Yemine Beghoul (Athlétisme Metz Métropole), qui découvrirait la course, s'est enthousiasmé sitôt la ligne d'arrivée franchie : « C'était magnifique ! C'était un véritable cross, avec de l'herbe, des parcelles en sous-bois... Il y avait un faux plat montant pendant 7 km, et les trois autres descendaient légèrement. Je voulais justement faire une course nature, dans l'herbe, pour que la surface ne soit pas trop dure, par rapport à ma blessure (ischio-jambiers). C'était vraiment une belle course, je reviendrai si possible. »

S'il s'est réjoui de la course en elle-même, sa performance l'a laissé indifférent. Yemine Beghoul, qui revient tout doucement à la compétition, avait déjà remporté le Tour du Lac de Kruth il y a deux semaines en 33'45".

Cette fois, il a bouclé les 10 km en 33'42", mais avouait qu'il n'était pas venu pour faire un chrono.



**Sans forcer alors qu'il revient de blessure, Yemine Beghoul a assommé la concurrence samedi à Saint-Louis. Photo Darek Szuster**

« Le temps n'a pas d'importance, confie-t-il. Je me prépare pour la piste. Hier (vendredi) encore, j'ai fait une grosse séance d'entraînement sur piste. Mon prochain rendez-vous, c'est mardi (demain), où je défierai Otmame Belharbazi sur 1 000 m à Altkirch. C'est une course qui me tient à cœur. »

Même si le chrono de Beghoul n'est pas exceptionnel, derrière lui, il y avait un grand trou. Et il s'en est lui-même étonné. Alors qu'il avait déjà bu et repris son souffle, il demandait à voir qui était le 2<sup>e</sup>, alors que celui-ci n'avait

même pas encore franchi la ligne d'arrivée. Et pour cause, Andreas Boehler (Saint-Louis RC), déjà 2<sup>e</sup> du 8,5 km l'année dernière, a terminé près de trois minutes après le vainqueur (36'36").

Christian Schnebelen (Altkirch Athlétisme Sundgau), 3<sup>e</sup> du 17,5 km l'an passé et 3<sup>e</sup> du 8,5 km il y a deux ans, continue sur sa lancée en prenant la 3<sup>e</sup> place, regrettant quelque peu les courses matinales, où la chaleur est moins présente.

La première féminine, Isabelle Wilhelm (Weil-am-Rhein), a ter-

miné l'épreuve à la 21<sup>e</sup> place (43'46").

**Adeline Kuenemann**

## Les résultats

**10 km** : 1. Yemine Beghoul (A2m) 33'42"; 2. Andreas Boehler (Saint-Louis RC) 36'36"; 3. Christian Schnebelen (Aas) 37'8"; 4. Christophe Martelle (Habsheim) 38'12"; 5. Federico Felizzi (Swiss Triathlon 14930) 39'28"; 6. Marcel Schmitt (Teamcoach A Venir) 39'36"; 7. Manuel Andrades (Liebherr France) 39'49"; 8. Pascal Devaux (Aas) 40'30"; 9. Christophe Dhomps (Mulhouse) 40'49"; 10. Yves Dec kert (Saint-Louis) 41'28"; 11. Pierre Gandon (Cryostar) 41'34"; 12. Grégory Weber (Aspttm Triathlon) 42'18"; 13. Serge Forster (Malerspach) 42'27"; 14. Roland Walther (Grentzingen) 42'30"; 15. Sébastien Guigue (Saint-Louis) 43'2"; 16. Aimé Lucien Hirth (Landsers) 43'5"; 17. Benoit Schlienger (Sp Tagolsheim) 43'6"; 18. Dominique Wilhelm (Apm) 43'6"; 19. André Martin (Hirsingue) 43'19"; 20. Fabrice Gross (Saint-Louis) 43'26"; **1<sup>re</sup> féminine** : 21. Isabelle Wilhelm (Weil-am-Rhein) 43'46"; 22. Jonathan Sokolowski (Saint-Louis) 43'47"; 23. Pascal Buchon (Ridishheim) 43'50"; 24. Stéphane Gable (Aspttm Triathlon) 44'21"; 25. Andrea Ould Adda (Saint-Louis) 44'25"; 26. Eric Henri (Fsc) 44'30"; 27. Moritz Buck (Freiburg) 44'40"; 28. Dieter Reischmann (Vogelsheim) 44'54"; 29. Stéphane Wawrzyniak (Aspttm Triathlon) 44'55"; 30. Vincent Nussmaum 45'1"; 31. Muriel Waltenspiel (Ach) 45'15"; 32. Roland Weynacht (Felling) 45'26"; 33. Brice Weigel (Rouffach) 45'30"; 34. Justin Fal lecker (Cernay) 45'31"; 35. Eric Doppler (Cryostar) 45'36"; 36. Pascal Hirtz (Colmar) 45'42"; 37. David Pouret (Blotzheim) 45'47"; 38. Philippe Rochet (Mulhouse) 45'52"; 39. Arnaud Naviliat (Saint Louis) 45'55"; 40. François Keiflin (Bartenheim) 46'1"...

«Pampers» : 1. Louis Sharma (Saint-Louis) 53"; 2. Adélie Murer (Rantzwiller) 55"; 3. Emilien Puech (Sélestat Triathlon) 56"...

**Ecole d'athlétisme** : 1. Arthur Stutz (Eha Cernay) 1'59"; 2. Evan Trenchant (Rose nau) 2'14"; 3. Nikolai Sanders 2'17"...

**Poussin (ne) s** : 1. Thomas Feuillet (Eha Cernay) 4'0"; 2. Romain Tardivel (Bartenheim-la-Chaussée) 4'18"; 3. Louis Pagura 4'21"...

**Benjamins/Minimes** : 1. Matthieu Mau gais (Mulhouse) 9'2"; 2. Maxime Gross (Saint-Louis) 9'7"; 3. Jana Schuepbach (Blotzheim) 10'5"; 4. Izel Cap 10'5"; 5. Sirine Bouchenaki (Saint-Louis) 11'33"...



Les résultats complets sur notre site web.

# Beghoul au chaud

Comme annoncé, plus de 180 participants ont pris le départ de la sixième édition de la Course nature de Saint-Louis, samedi soir, prêts à la traversée champêtre de la Petite Camargue, sur dix kilomètres. Et ils ont tous eu très chaud.

« Ici, c'est tout public. Cette année, nous avons énormément de non-licenciés et, curieusement, le club de Saint-Louis est le moins représenté », constate avec amusement Rémy Pagura, l'un des organisateurs. Le vainqueur n'est toutefois pas un inconnu, bien au contraire. Yémine Beghoul, ancien du Lagardère Paris Racing, actuellement au Metz Métropole (A2M), s'est imposé en 33'42".

« C'est un véritable parcours de cross »

Le temps de souffler, Yémine Beghoul raconte sa course: « C'est un véritable parcours de cross, avec une montée qui dure sept kilomètres. Plutôt difficile car, malgré l'heure, il faisait encore très chaud. »

Lui revient tout juste d'une blessure aux ischio-jambiers et retrouve doucement son rythme. C'est sa première Course nature. « Moi, je suis un habitué du 1500m. J'ai l'habitude de courir le soir, cela ne me dérange pas », dit-il avant de donner rendez-vous sur la piste en juillet.

Après le vétéran suisse Andreas Böhler (Saint-Louis Running Club, 36'36), le deuxième senior arrivé, Christian Schnebe-



Yémine Beghoul, vainqueur sur 10km en 33'42. PHOTO DNA – GUY GREDER

len (37'08) est licencié à Altkirch. Lui est plutôt du matin, quand il fait bien frais.

« Ce dix bornes n'est pas simple, plutôt cassant et costaud, avec un vent de face. Il faisait très lourd, nous n'avons presque pas eu d'ombre. » Christian Schnebelen vient chaque année, depuis les débuts de ces courses nature. Il termine toujours dans les premiers.

Vice-champion du Haut-Rhin à Kruth, il n'exclut pas d'être aussi présent à Steinbrunn-le-Bas

puis à Ferrette pour le semi-marathon.

« Là, pour bien me préparer, j'ai réalisé deux entraînements dans la semaine. Depuis ce matin, j'ai également bu plus de 3 litres d'eau pour me sentir bien. En Alsace, on est davantage habitué à courir dans le froid toute l'année. Maintenant, il faut aussi s'habituer à la chaleur ! » Enfin, la première féminine (Isabelle Wilhelm, en 43'46) est elle aussi Suisse. C'est sa première à Saint-Louis.

« Il a fait très chaud sur le parcours », confirme cette passionnée d'ultra-trail (où la longueur du parcours dépasse celui du marathon), habituée à enfile les bornes.

« Je n'avais jamais entendu parler de ce parcours avant, mais j'aime beaucoup courir en Alsace. C'est très dépaysant. » Nul doute que la licenciée de Weillam-Rhein (en Allemagne) reviendra du côté de la Petite Camargue l'an prochain. ■

PETER BEER

# Le bonheur de courir

**LORS DES « COURSES NATURE »,** samedi à la Petite Camargue Alsacienne, l'esprit de convivialité l'a emporté sur celui de compétition.

Le Saint-Louis running club (SLRC) a eu une bonne idée en déplaçant ses « courses nature » du dimanche matin au samedi en fin d'après-midi. Quelque 250 athlètes, dont 188 adultes, ont participé à la 6<sup>e</sup> édition, à la Petite Camargue Alsacienne, samedi dernier. « Nous nous serions estimés heureux avec une bonne centaine de participants », se félicite Rémy Pagura, président. « Le nombre des enfants est en sensible augmentation. Pour eux, l'heure matinale du dimanche était souvent rédhitoire. »

## Le bonheur de courir

De surcroît, l'ambiance de la manifestation est résolument champêtre. Et bon enfant. Un vent léger balance lentement la cime des peupliers qui bordent le stade de l'Au. La Petite Camargue Alsacienne, exceptionnellement accessible à l'issue de la saison de nida-

tion, offre le cadre idyllique de ses sous-bois. Les chemins de terre remplacent le bitume. « Ici, le bonheur de courir dépasse le plaisir de la performance », remarque, philosophe, Joseph Koerber, flécheur samedi, mais qui d'ordinaire écumé les courses de sa foulée rasante et toujours aussi alerte.

Laurent Blein (SLRC, 43' aux 10 km) renchérit : « L'esprit de compétition le cède à celui de convivialité ». De fait, il suffit de voir l'ambiance festive autour de la buvette, où crêpes et grillades régulent. Et d'écouter les enfants, heureux et souriants, raconter leur course. Adélie, par exemple, jolie blondinette de sept ans, aux belles nattes tressées par sa maman : « Pour gagner, j'ai couru très vite. tellement vite que personne ne pouvait me dépasser. Seul Louis courait plus vite que moi ». Et de continuer à croquer sa crêpe au chocolat.

À l'image de l'ambiance, festive et généreuse, et comme pour les éditions précédentes, le SLRC inversera une partie



**Le podium des « pampers » (6-7 ans) : Adélie, Amandine et Ifa, premières des filles ; Louis, Émilien et Sacha, vainqueurs chez les garçons.** PHOTO PAUL MUNCH

des recettes à la Petite Camargue Alsacienne. ■

► - Tous les résultats en pages sports des DNL.

► - Le SLRC donne rendez-vous à

ceux (adultes) qui veulent découvrir la course à leur rythme, tous les vendredis au stade de la frontière, de 12 h 30 à 13 h 15. Renseignements : mairie – service des sports : ☎03 89 69 52 96.

# Athlétisme Une nouvelle saison commence au Saint-Louis Running club

**Les athlètes du Saint-Louis Running club retrouveront la piste du stade de la Frontière le 3 septembre. Toute personne intéressée par la course à pied est invitée à les rejoindre.**

Fort de quelque 90 licenciés adultes la saison passée, le Saint-Louis Running club entame sa 25<sup>e</sup> année d'existence. C'est en effet en 1989 que le club ludovicien de course sur route a été créé, sous son nom actuel. Son quart de siècle sera fêté lors de l'assemblée générale, début 2014. Tout au long de la saison, il a obtenu de bons résultats, avec

une mention particulière pour le junior Nicolas Naas, champion départemental du 1500 m, et le vétéran Serge Fuchs, auteur de belles performances sur route.

Quatre membres se sont illustrés dans d'autres registres, notamment Yannick Bubendorf, Emmanuel Bisel et Mathieu Brun, tous trois sapeurs-pompiers, vainqueurs du Tower Run de Bâle devant 43 équipes, ainsi que le musher Alain Diffort, champion du monde de course de chiens de traîneau.

## Entraînements les mardis et jeudis

Les entraînements des athlètes se déroulent au stade de la Frontière les mardis et jeudis soir, sous la houlette des entraîneurs diplômés



**Le nombre de femmes a augmenté, l'an dernier, au Saint-Louis Running club.**

DR

Yannick Bubendorf et Joachim Ferraz. Tous deux soulignent : « *La saison passée, nous avons enregistré une forte aug-*

*mentation des athlètes féminins* », mais chacun, homme ou femme, est animé par le même plaisir de courir.

« *Nous en profitons pour féliciter Yannick, jeune papa d'une petite Élise* », pressentie comme future sportive accomplie.

Dans quelques jours, la nouvelle saison sera lancée avec un premier rendez-vous sportif du côté de Hégenheim, à savoir la 15<sup>e</sup> édition des Kaesnappers. Toutes les informations sur cette course sont sur le site internet du club [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org).

**Brigitte Poux**

■ **Y ALLER** Entraînements les mardis et jeudis à partir de 18 h 45, au stade de la Frontière. Initiation à la course à pied les vendredis de 12 h 15 à 13 h, sous l'égide de la Ville de Saint-Louis ; encadrement par un membre du Running club (participation gratuite). Pour les inscriptions, s'adresser au service des sports, tél. 03.89.69.24.42 (contact : Thierry Lang).

# Records à battre pour la nouvelle saison

La nouvelle saison sportive du Saint-Louis Running Club débute cette semaine.

## FORT DE 90 LICENCIÉS ADULTES

la saison passée, le SLRC entame sa 25<sup>e</sup> année d'existence. En effet, c'est en 1989 que fut créé sous son nom actuel le club ludovicien de course sur route. Ce 25<sup>e</sup> anniversaire sera fêté en début 2014 dans le cadre de son assemblée générale. C'est toujours avec enthousiasme et plaisir que les athlètes se retrouvent les mardis et jeudis soir au stade de la Frontière. Les entraîneurs diplômés, Yannick Bubendorf et Joachim Ferraz assurent des entraînements sérieux et de qualité.

## Première place en championnat du Haut-Rhin

Du côté des résultats, il faut noter la 1<sup>re</sup> place de Nicolas Naas au championnat du Haut-Rhin d'athlétisme sur 1 500 m en junior, les bonnes performances de certains anciens tels que Serge Fuchs. Quatre autres membres du



Le groupe des féminines avec leur entraîneur. (-)

SLRC se sont distingués dans des disciplines sportives différentes, trois sapeurs-pompiers qui ont remporté le « Tower-Run » à Bâle (Yannick Bubendorf, Emmanuel Bisel, et Matthieu Brun) devant 43 autres équipes ainsi qu'Alain Diffort, champion du monde de musher (course de chiens de traîneaux).

Félicitations à Yannick, papa depuis peu d'une petite Elise qui sera sûrement une sportive accomplie. La saison passée a vu une nette augmentation d'athlètes féminines.

Homme ou femme, coureur ou débutant ne doivent pas hésiter à rejoindre le club. ■

► Rendez-vous important en

septembre : la 15<sup>e</sup> édition de la course des Kaesnappers à Hégenheim. Renseignements : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org).

Entraînements les mardis et jeudis à partir de 18 h 45 au stade de la Frontière. Initiation à la course à pied tous les vendredis de 12 h 15 à 13 h. Pour les inscriptions, s'adresser à la mairie de Saint-Louis.

## Course La 15<sup>e</sup> édition des Kaesnappers est annoncée

**Hégenheim sera en fête samedi 14 septembre. Un rendez-vous marqué par la 15<sup>e</sup> édition des courses des Kaesnappers.**

Organisée par le Saint-Louis Running club, en partenariat avec l'ASL de Hégenheim dans le cadre du Kaesnappersfest (« grignoteurs de fromage » en dialecte), la course des Kaesnappers, manifestation sportive, est ouverte

à tous les coureurs, jeunes (à partir de 6 ans) et adultes.

Si l'impasse a été faite en 2012, cette 15<sup>e</sup> édition sera dédiée à son initiateur, Georges Salmon (lire ci-contre en encadré), disparu il y a quelques mois. En accord avec son épouse, Marinette, un challenge récompensant la meilleure féminine et le meilleur masculin de la course des As sera mis en place.

Outre l'épreuve phare de 11,5 km, accessible dès la catégorie cadets, alliant route et sentiers en forêt, une course populaire de

6,8 km complètera le programme des adultes.

Les jeunes donneront, pour leur part, le coup d'envoi des festivités avec la course des Pampers (dès 6 ans) annoncée à 15 h. « *Le départ et le parcours des jeunes se dérouleront au cœur de la ville* », est-il précisé.

Les adeptes de marche nordique auront eux aussi un créneau à 16 h, sur une boucle de 6,8 km.

Les inscriptions seront prises au stade de football de Hégenheim (vestiaires sur place). Un supplé-

ment de 2 € sera demandé pour celles enregistrées entre 14 h et 30 minutes avant la course.

Des lots récompenseront tous les participants des courses jeunes, alors que les adultes se verront remettre un repas à utiliser dans le cadre de la fête. Une prime est promise aux trois premiers du classement scratch de la course des As, à savoir 100 €, 75 € et 50 €. La coupe du challenge Georges-Salmon sera attribuée au premier masculin et à la première féminine de cette épreuve.

Le compte à rebours est lancé, l'équipe de Rémy Pagura est d'ores et déjà prête à relever le défi.

**Brigitte Poux**

■ Départs courses jeunes : 15 h : Pampers né(e)s en 2006 et après (250 m) ; 15 h 15 : école d'athlétisme, né(e)s en 2004 et 2005 (600 m) ; 15 h 30 : poussin(e)s, né(e)s en 2002 et 2003 (1000 m) ; 15 h 45 : benjamin(e)s, né(e)s en 2000 et 2001 + minimes, né(e)s en 1998 et 1999 (2500 m). Départs courses adultes (seniors, juniors et cadet(te)s) : 16 h : course populaire (6,8 km) ; 17 h : course des As (11,5 km), challenge Georges-Salmon ; 16 h : marche nordique (6,8 km). Tarifs de participation : gratuité pour les jeunes ; 9 € pour la course des As ; 7 € pour la course populaire et la marche nordique. Pour tous renseignements : 03.89.70.74.10 ou [infos@sl-running.org](mailto:infos@sl-running.org). Pré-inscription en ligne : [www.sl-running.org](http://www.sl-running.org)

### En mémoire de Georges Salmon

Dans les années quatre-vingt, quelques fêrus de course à pied, épris de liberté et d'autonomie, et ne se sentant pas à l'aise dans le milieu de l'athlétisme pur et dur des pistards, se sont fédérés pour donner naissance au Saint-Louis Running club. Parmi eux, Paul Zoellé et un certain Georges Salmon...

« *Georges a été un compagnon de route à multiples facettes, mais dans tous les cas, c'est avec la même détermination et la même camaraderie qu'il œuvrait* », est-il rapporté. Athlète hors pair, il a également montré de belles qualités de cycliste, sur route et à VTT, se distinguant, en outre, comme bénévole ou organisateur efficace et dévoué.

« *Dans ces années-là, la mode était aux 10 km, voire aux semi-marathons. Mais lui partait déjà courir les montagnes entre Sierre et Zinal ou allait faire la grimpe du Vignemale bien avant la mode des trails. Il a toujours été un véritable amoureux de la nature et un compagnon plein de bon sens.* » Il y a quinze ans, Georges Salmon a créé la course des Kaesnappers, en s'appuyant



**Georges Salmon, initiateur de la course des Kaesnappers. DR**

sur la fête du village de Hégenheim, pour en faire un événement à la fois sportif et convivial.

Pour cette nouvelle édition, un challenge lui sera dédié. L'occasion pour tous les participants de venir découvrir Hégenheim et sa forêt, un circuit cher au sportif infatigable qu'était Georges Salmon.

**B. P.**



Cette 15<sup>e</sup> course aura lieu le samedi 14 septembre à Hégenheim.

**DR**

# Le nouveau Kässnaperfascht



Des jeux d'adresse en pagaille...

Photos Guy Greder

**Le Kässnaperfascht de Hégenheim a déménagé du centre-ville vers les abords de la salle Riedlin. Dans un cadre plus champêtre et plus regroupé, la nouvelle formule semble avoir rencontré un succès dès samedi soir auprès des visiteurs.**

« Ah oui c'est bien mieux ici, l'ambiance fait très fête foraine. » Pour Jean et sa petite famille pas de place pour le doute : le Kässnaperfascht c'est bien mieux ici ! Pour ceux qui ne le

sauraient pas, les Kässnapper (grignoteurs de fromage) sont les habitants de Hégenheim d'après leur appellation alsacienne et ancestrale. Le Kässnaperfascht est donc leur fête. Ou plus communément, leur fête des rues.

Et, comme tous les ans, une belle fréquentation était déjà sensible avant même l'inauguration officielle. Traditionnellement, l'après-midi est consacrée aux courses à pied, tendance course nature, dont la catégorie reine, 11,5 kilomètres, a été remportée par l'ex sociétaire du Saint-Louis Running Club et actuel Colmarien Mouhcine Ouahman. Organisé par l'ASL, le Kässnaperfascht regroupe

toutes les associations du village qui y tiennent un stand. L'occasion de soutenir son club préféré et tous les autres.

Ainsi l'on y rencontrait le bar des pompiers, les spécialités du twirling club, du football club, etc. Il y avait aussi pleins de manèges, des autos tamponneuses, des stands de tir et de pêche aux canards ce qui donnait au Kässnaperfascht cette joyeuse atmosphère de fête foraine.

Alors finalement, non : le Kässnaperfascht c'est mieux qu'une banale fête des rues.

Guy Greder



Le tournis à grande vitesse.



Dès samedi soir, une belle affluence était au rendez-vous.

# Kaesnappers Ouahman tranquille

**Le Colmarien Mouhcine Ouahman (PCA) a remporté sans grande difficulté la Course des Kaesnappers samedi à Hégenheim, sur un parcours de 11,5 km particulièrement détrempé.**

« Ah, c'était contre toute attente ! ». Il n'y avait guère que Mouhcine Ouahman pour se déclarer surpris de sa victoire samedi après-midi tellement celle-ci paraissait évidente. Du départ à l'arrivée, le Colmarien a mené, avant de boucler sa course en 41'50". Deux ans après une fracture de la cheville gauche, le Marocain du Pays de Colmar Athlé a appris à écouter son corps. Avec succès.

Lors de sa dernière sortie sur sa distance fétiche, le 800 m, il a réalisé un chrono de 1'50"67 près de Zurich, son meilleur temps en 2013 bien qu'il visait 1'49" cette saison. Pour celle qui s'ouvre, il prévoit une grosse préparation et vise un gros chrono autour de 1'48", voire 1'47". Revenu de loin, Mouhcine Ouahman a repris l'entraînement doucement avant de monter en régime. Son entraîneur, Behmgahed Abderrazak, resté au Maroc, lui a concocté un programme qu'il applique à



**Le Colmarien Mouhcine Ouahman a fait honneur à son dossard n°1 en survolant la course de 11,5 km samedi. Photo Denis Sollier**

la lettre. Le résultat est éloquent, bien qu'à Hégenheim, « le parcours était très piégeux » à cause de l'humidité due aux averses. Et même s'il n'a pas plu durant l'épreuve, « le vélo ouvreur est tombé deux fois ! »

Sans ce terrain glissant, Mouhcine Ouahman estime qu'il aurait pu améliorer son chrono d'une ou deux minutes. Mais la préparation est bonne en vue de la saison des cross, pour laquelle

l'athlète du PCA donne d'ores et déjà rendez-vous.

**G.Gr.**

## Les résultats

**11,5 km** : 1. M. Ouahman (PCA) 41'50 ; 2. Y. Gilbert (Huningue) 43'25 ; 3. C. Sievers (Basel) 44'21 ; 4. C. Martelle (Habsheim) 45'15 ; 5. A. Boehler (SLRC) 45'24 ; 6. P. Pflimlin (SP Franken) 46'33 ; 7. C. Wurtlin (Ach) 47'55 ; 8. B. Fest (ACH) 48'10 ; 9. B. Ueberschlag (Village-Neuf) 48'15 ; 10. C. Rost (Dessenheim) 48'46 ; 11. L. Glotz (Route 68) 49'10 ; 12. R. Doppler (Saint-Louis) 49'36 ; 13. Y. Deckert (Saint-Louis) 49'56 ; 14. S. Forster (Malerspach) 50'15 ; 15. R. Walthor 50'51 ; 16. J.-M. Hartmann (SP Hagenthal) 51'09 ; 17.

S. Guigue (SLRC) 51'31 ; **1<sup>re</sup> féminine** : 18. C. Müller (SLRC) 52'07 ; 19. J.-P. Chirol (ASPTT Perieuvreu) 52'17 ; 20. G. Chenal (SLRC) 53'24 ; 21. D. Ribaud (Hagenthal-le-Bas) 53'41 ; 22. N. Montgomery (Hégenheim) 53'47 ; 23. L. Dumaine (Blotzheim) 53'48 ; 24. O. Thomas (Hégenheim) 53'55 ; 25. D. Pouret (Blotzheim) 54'06 ; 26. J.-P. Hund (Hésingue) 54'23 ; 27. J.-P. Zyla (Basel Dragons) 54'53 ; 28. P. Hirtz (Colmar) 55'19 ; 29. B. Hornsperger (Altkirch) 55'40 ; 30. S. Gotto (Hagenthal-le-Bas) 55'52 ; 31. S. Diguët (Hagenthal) 56' ; 32. M. Doppler (Hagenthal-le-Bas) 56'54 ; 33. A. Wuillermin (Blotzheim) 56'54 ; 34. M. Schöpfer (Allschwil) 56'54 ; 35. K. Borghi (Masevaux) 57'17 ; 36. P. Sutter (Altkirch) 57'48 ; 37. H. Schmidt (Basel) 57'51 ; 38. G. Metzger (Rumersheim-le-Haut) 58'01 ; 39. J. Basi (Saint-Louis) 58'13 ; 40. H. Spannagel (Blotzheim) 58'24 ; 41. O. Ortschaft (Petit-Landau) 59'23 ; 42. G. Schüpbach (Blotzheim) 59'36 ; 43. C. Hemmerle (SLRC) 59'42 ; 44. R. Keck (Huningue) 59'57 ; 45. F. Christmann 59'59...

**6,7 km** : 1. P. Ritter (Huningue) 25'16 ; 2. A. Gerber (Binningen) 25'58 ; 3. F. Keiflin (SLRC) 28'56 ; 4. D. Böhrler (Rheinfelden) 30'26 ; 5. F. Schwedler (Rixheim Tri 132) 30'27 ; 6. M. Zalesak (Basel) 30'35 ; 7. T. Borgetto (Huningue) 30'39 ; 8. A. Jacobberger (Habsheim) 30'55 ; 9. J.-R. Klingeschmitt 31'13 ; 10. L. Diguët (Hagenthal) 32'19 ; 11. D. Rotolo (Didenheim) 32'43 ; 12. J.-J. Ducroquet (Hégenheim) 33'33 ; 13. P. Briest (Hégenheim) 34'01 ; 14. L. Antonelli (Performance 67) 34'26 ; 15. C. Rossé (Huningue) 35'25 ; 16. Y. Rossé (Apl) 35'41 ; 17. M. Trenchant (Rosenau) 36'35 ; 18. V. Bidinger (Binningen) 37'05 ; 19. J.-P. Mercier 37'31 ; 20. H.M. Kuvaja-Catalano (Rosenau) 37'53.

**Pampers** : 1. A. Murrer (Ratzwiller) 43" ; 2. E. Girard 44" ; 3. A. Servais (Huningue) 45"...

**Ecole d'athlétisme** : 1. J. Saint Mezard (Hégenheim) 1'04" ; 2. H. Barbe 1'06" ; 3. V. Ueberschlag (Village-Neuf) 1'07"...

**Poussins-poussines** : 1. D. Blein (Huningue) 2'45" ; 2. L. Pagura (Colmar) 2'46" ; 3. A. Pagura (Colmar) 2'52"...

**Benjamins-minimes** : 1. S. Ueberschlag (Betlach) 5'13" ; 2. B. Diguët (Hagenthal) 5'15" ; 3. A. Baumer (Freiburg) 5'20"...

# Retour gagnant de Mouhcine

Cette saison, Mouhcine Ouahman (PCA) annonce son grand retour. En attendant de retrouver le 800 m, il se prépare sur les cross et a gagné samedi à Hégenheim.

**IL Y A TROIS ANS, DÉJÀ**, Mouhcine Ouahman avait gagné ici, à Hégenheim. Il s'était alors pointé en retard au départ, était parti de tout derrière avant de doubler le peloton dans son entier. Cette fois, enfin samedi soir, il était à l'heure.

Et il a gagné, forcément, en 41'50, soit une belle avance sur le reste de la bande. Cette course n'a l'air de rien pour un jeune homme ayant gagné un championnat de France, en salle sur 800 m. Mais entre ces deux succès, il y a eu une sale blessure.

Le revoir en telle forme est réconfortant, pour lui surtout. La cheville est réparée, mais les bobos n'ont pas disparu. « Mon entraîneur me le dit souvent, je dois me calmer. » Bien facile à dire, pas simple à appliquer quand on est resté si longtemps sans pouvoir courir.

« J'ai appris », promet le jeune homme. Il a payé pour apprendre quand, alors en pleine bourre, peu de temps après ses plus grands succès, la fracture de fatigue flingue sa suite. « Je n'ai pas écouté les douleurs. » Il se



**Mouhcine Ouahman est en train de réussir son retour.**

PHOTO DNA – GUY GREDER

sentait tellement bien, la tête avait un tel moral qu'il ne voulait pas s'arrêter.

On l'a revu en piste en mai, à l'occasion du Meeting de Mulhouse. Depuis, il ne s'est pas trop reposé. Il aurait bien voulu en faire plus, d'ailleurs, s'il avait pu.

## **Cette fois, promis, il va se montrer prudent**

« J'ai commencé ma saison quand les autres étaient déjà affûtés. » Et quand lui était fin

prêt, les autres n'y étaient plus, plutôt au repos.

« Je voulais réussir 1'49, j'ai coincé à 1'50. » Bon, c'est pas mal quand même quand on revient d'aussi loin, avec, toujours, des séances chez le kiné pour soulager la cheville et les maux qui vont avec.

« Cela va mieux depuis que je porte une semelle orthopédique. » Les séquelles, même légères, sont là mais il insiste.

Après tout, il a 26 ans et encore tout plein de choses à espérer.

Cette saison qu'il prépare, il se la souhaite aussi riche qu'avant la casse.

Actuellement, et toujours sur les conseils d'Abderrazak Belmjahed, son coach resté au Maroc (par ailleurs champion national du 800 m en 1987, en 1'54), il encaisse les bornes. Une fois la caisse regonflée, il s'en ira taper dedans, forcer la machine.

Ce ne fut pas le cas à Hégenheim, sur ses terrains d'entraînement. Mais la veille, il avait plu, c'était glissant, boueux et il n'avait pas ses pointes donc pas l'envie de risquer une mauvaise chute.

« Le cycliste devant moi a chuté deux fois. Alors j'ai fait attention. J'aurais pu gagner une ou deux minutes... »

Ce n'est pas le moment de prendre des risques alors qu'il y a une année à réussir, pour son grand retour qu'il espère avec des chronos à 1'47, au pire 1'48. D'ici là, on le verra sur les cross – « Si tout va bien », il reste prudent, depuis –, ceux de la FFA comme ceux des corpos.

Il a besoin, envie surtout, de courir. Mais pas tout ce qui bouge non plus. « Je me suis calmé, j'aimerais bien en faire plus mais je ne veux pas commettre la même erreur. »

Le voilà homme averti, vaudra-t-il le double de ce qu'il était ? ■

S.BA.

# Les courses de Georges

## AU LONG DES CIRCUITS TRACÉS

par le regretté Georges Salmon, les courses des Käsnapper, organisées samedi par le running-club de Saint-Louis, ont serpenté entre stands et manèges, avant de grimper sur les collines bucoliques.

Les coureurs passent au milieu des manèges qui tournent, où une fusée au fin fuselage s'amuse à tenter de rattraper un gros avion, sans jamais y parvenir. C'était une idée de Georges. Donner un côté festif et convivial aux foulées des Käsnapper. Il l'a lancée il y a quinze ans. Georges Salmon nous a quittés en janvier dernier. Samedi, « ses » courses ont une nouvelle fois palpité au cœur de la fête.

## Pour la beauté du sport

Une petite pluie fine tombe. Ici et là, des parapluies multicolores se promènent. Au stand « Pas de perdant », un spécialiste gagne au jeu des fléchètes. Un peu plus loin, deux mamans conversent devant leurs poussettes délaissées par leurs enfants. Ceux-ci, à deux pas, tapent joyeusement du pied dans des flaques d'eau. La voix du speaker annonce les courses : « Pampers. Poussins. Benjamins. Populaires et marche nordique. As. »

De nombreux spectateurs, des curieux se mêlant aux passion-



Des coureurs au cœur de la fête où tournent les manèges. PHOTO DNA

nés, dessinent une haie qui longe le parcours. Parmi eux, Patricia Schillinger, la blonde et souriante sénatrice-maire, qui « regrette de ne pouvoir davantage s'adonner au sport ». Ou bien Pierre Groell, cet ancien champion d'Alsace de cycle-ball. « C'était en 1953 », sourit-il, présent chaque année, « pour la beauté du sport ».

Parmi les 230 engagés, Marinette Salmon, l'épouse de Geor-

ges.

## Le dossard 210

Elle s'aligne dans la « course populaire ». Dossard 210. Maillot bleu ciel du running-club de Saint-Louis. Deux mois qu'elle s'entraîne. « Je cours une heure deux fois par semaine. » Marinette Salmon a 70 ans. L'émotion est intense au moment du départ. Des applaudissements accompagnent ses foulées. Déjà, elle serpente en-

tre les manèges. Au loin, grimpe sur les collines. Le public, guette, attend, encourage. Avec retenue. Un dernier virage, sa silhouette menue se rapproche. Une amie court à ses côtés, qui lui tient la main. Elle franchit la ligne, le visage lumineux. La pluie a cessé. Un rayon de soleil scintille. ■

PAUL MUNCH

► - Résultats des différentes courses, en pages « Sports ».



# Semi-marathon Baala en balade à Ferrette

**Samir Baala a remporté hier le semi-marathon de Ferrette en un peu plus d'1h10'. Le coureur du Saint-Louis Running Club n'a pas eu à forcer pour s'imposer alors que se profilent pour lui les championnats de France de marathon dans deux semaines.**

Déjà vainqueur du marathon et du semi-marathon il y a quelques années à Ferrette, Samir Baala a une nouvelle fois inscrit son nom au palmarès des Courses du Jura alsacien hier matin. Sur un parcours modifié cette saison avec une dernière grosse difficulté à gérer avant l'arrivée, le Strasbourgeois a fait la course seul de bout en bout et renoué avec le succès après deux troisièmes places sur les semi-marathons de Karlsruhe il y a trois semaines et de Lyon il y a huit jours.

« Je suis surtout venu pour préparer les championnats de France de marathon qui auront lieu dans deux semaines », avouait le vainqueur après 1h10'47" d'effort. Mission accomplie à en croire le licencié

du Saint-Louis Running-Club : « C'était plus une course tactique et j'ai pu y aller à mon rythme. Je me suis bien senti dès le départ puis ma moyenne a un peu chuté dans les bosses sur les cinq ou six derniers kilomètres. Mais l'objectif est atteint et cette dernière séance d'entraînement a été positive. »

Samir Baala, qui tient à dédier sa victoire à Georges Salmon, fondateur du Saint-Louis RC décédé dernièrement, devrait s'accorder un peu de repos ces prochains jours après avoir enchaîné les courses. Il se rendra à Toulouse dans deux semaines, avec la ferme intention de monter sur le podium des championnats de France de marathon. « À Toulouse, le tracé est plutôt plat donc ça devrait aller pour moi, mais je ne préfère pas m'avancer », souligne le double champion de France de marathon.

Derrière le citoyen illkirchois, la concurrence a été reléguée à près de cinq minutes. Arnaud Bucher a ainsi terminé la course en 1h15'43". Le coureur de l'ASL Robertsau, spécialiste du 10 km, était lui aussi venu pour s'entraîner avec une sortie plus longue que d'habitude. « J'ai fait ma course sans pression et sans être au coude à coude. J'ai pu aller à mon rythme et je ne suis pas mécontent de mon chrono », confiait-il juste après avoir franchi la ligne d'arrivée. Le Bas-Rhinois espère désormais améliorer son record sur 10 km et descendre sous les 32 minutes en novembre, juste après avoir pris part au marathon par équipes à Strasbourg, dans deux semaines.

## Course nature : Eckes pour se relancer

À un peu plus d'une minute de Bucher, le Sundgauvien Sylvain Pernot a complété un podium sur lequel - une fois n'est pas coutume - on n'a vu aucun Africain. Et pour cause, le plateau était beaucoup moins relevé cette



**Sans qu'ils se soient concertés, Samir Baala (au premier plan) et David Eckes (au fond), éternels rivaux en cross-country, ont franchi la ligne d'arrivée ferrettoise à quelques secondes d'intervalle hier matin, Baala remportant le semi-marathon et Eckes la course nature.**

Photos Darek Szuster

année, les organisateurs ayant réduit les primes de façon drastique pour rentrer dans leur budget.

Trois ans après l'arrêt du marathon, la Ferrettoise (11,3 km) a également été stoppée à l'occasion de cette édition 2013, mais une tout nouvelle course nature de 13 km a en même temps vu le jour et été dominée hier par David Eckes en 57'36". Là aussi, la concurrence n'a pas pu suivre, Christophe Lieby (SundgO2), 2<sup>e</sup>, et Brice Muller (Heimersdorf), 3<sup>e</sup>, terminant à plus de quatre minutes du coureur de l'AC Huningue.

Après quelques pépins physiques, David Eckes est venu en voisin sur cette course nature, histoire de se « faire plaisir » et de se « relancer ». Sur un parcours très vallonné et avec des descentes abruptes, le spécialiste de cross-country n'a pas été déçu,

même s'il est passé tout près de la chute (« J'ai glissé mais j'ai pu me rattraper à un arbre »), ce qui l'a obligé à lever le pied par la suite.

Après avoir gagné le 10 km d'Altkirch il y a une semaine, le Sundgauvien compte désormais se consacrer au cross, où le dénivelé ne sera pas aussi important et où il garde des chances de bien figurer s'il retrouve son meilleur niveau ces prochaines semaines.

Sébastien Spitaleri

## Les résultats

**Course nature (13,5 km) :** 1. David Eckes (ACH) 57'36"; 2. Christophe Lieby (Sundgo 2) 1h01'50"; 3. Brice Muller (Heimersdorf) 1h02'19"; 4. Xavier Goerig (Walheim) 1h02'57"; 5. Jean Philippe Beck (Colmar) 1h03'34"; 6. Francis Freyburger (AAS) 1h03'57"; 7. Daniel Freyburger (AAS) 1h04'23"; 8. Gregory Idris (Werentzhouse) 1h04'47"; 9. Félicien Gebasi (S2A) 1h04'59"; 10. François Croquette (IC Dannemarie) 1h05'21"; 11. Thomas Eckes (ACH) 1h06'23"; 12. Frederic Pfeiffer 1h07'12"; 13. Julien Schertzer (Sundgo 2) 1h07'18"; 14. Vincent Muller (Koestlach) 1h07'46"; 15. Sébastien Jacquier (Hégenheim) 1h07'51"; 16. Jean-Sébastien Eyfried (Aspttm Tri) 1h08'13"; 17. Arnaud

Aheras (S2A) 1h08'27"; 18. Clément Roux (Heimsbrunn) 1h08'34"; 19. Eric Rey (SLRC) 1h09'11"; 20. Michel Sengler (Goldbach Altenbach) 1h09'51"; 21. Franck Sarazin (YPQDC RC) 1h10'17"; 22. Benjamin Martin (Leymen) 1h10'42"; 23. Franck Bonetti (SLRC) 1h10'46"; 24. Loïc Mahe (Werentzhouse) 1h10'50"; 25. Franck Canale (Emlingen) 1h11'23"; 26. Jean-Marc Hartmann (Hagenthal-Haut) 1h12'00"; 27. Milka Zeghnouf (Village Neuf) 1h12'11"; 28. Thibaud Coquillat (Montreux Vieux) 1h12'31"; 29. Thomas Delay 1h14'31"; 30. Roland Walthier (Grentzingen) 1h14'37"; 31. Lionel Plozner (Asptts Tri) 1h14'47"; 32. Loïc Kirscher (Illfurth) 1h14'58"; 1<sup>re</sup> féminine : 33. Sophie Schoenig (TEM) 1h15'07"; 34. Luc Romann (Bouxwiller) 1h15'08"; 35. Franck Hartmann (Durlinsdorf) 1h15'18"; 36. Frédéric Lozac'h (Blotzheim) 1h15'43"; 37. Gautier Philipp (IC Danne-Marie) 1h15'59"; 38. Frederic Gerard (D'ranners Andolsheim) 1h16'09"; 39. David Fellmann (Saint Louis) 1h16'12"; 40. Philippe Dec (Ets Brissinger) 1h16'12"; 41. Alfio Ciol 1h16'13"; 42. Franck Dietlin 1h16'26"; 43. Maxime Scherrer (Cernay) 1h16'42"; 44. Christophe Maillot (IC Danne-Marie) 1h16'57"; 45. Thierry Groof 1h17'12"; 46. Philippe Bourdon (Witelsheim) 1h17'15"; 47. Christian Wald (Liebenswiller) 1h17'17"; 48. Emmanuel Martin 1h17'36"; 49. Justin Fallecker (Cernay) 1h17'39"; 50. Pierre Brissinger (Bisel) 1h17'43"; 51. Steve Lamorlette (Betschy) 1h18'22"; 52. Joanna Lightowler (Wentzwiller) 1h18'32"; 53. Henri

Merkle (TC Baldersheim) 1h18'44"; 54. Stevie Muller (Zaessingue) 1h19'06"; 55. Vincent Muller (Hirsingue) 1h19'07"; 56. Thomas Voltzenlogel (Brest) 1h19'19"; 57. Vincent Rance (Folgensbourg) 1h19'21"; 58. Daniel Wanner (Hirsingue) 1h19'25"; 59. Olivier Voltzenlogel (Mooslargue) 1h19'35"; 60. Sébastien Dupuy (Illfurth) 1h19'41"...

**Semi-marathon (21,1 km) :** 1. Samir Baala (SLRC) 1h10'47"; 2. Arnaud Bucher (Optissimo/S2000) 1h15'43"; 3. Sylvain Pernot (Seppois Le Bas) 1h16'56"; 4. Mathieu Meister (MOT) 1h17'22"; 5. Fabrice Puglisi (Eha) 1h18'37"; 6. Christian Schnebelen (AAS) 1h21'10"; 7. Frederic Fabre (Aspttm Tri) 1h22'06"; 8. Tony Greenwood 1h22'19"; 9. Serge Fuchs (SLRC) 1h24'20"; 10. Jean François Cottard (Luxeuil Athlé 70) 1h25'07"; 11. Adam Michalski (Kb Sobotka) 1h25'19"; 12. Herve Fuchs 1h25'50"; 13. Eric Millet (Ccar) 1h26'23"; 14. Pascal Devaux (Altkirch) 1h26'48"; 15. Stéphane Lemaire (AAS) 1h26'49"; 16. Christophe Muller (Rixheim Tri 132) 1h27'24"; 1<sup>re</sup> féminine : 17. Marzena Morawska (Pol/Kb Sobotka) 1h27'50"; 18. Frank Mathon (Aspttm Tri) 1h28'08"; 19. Laurent Schumacher (Rixheim Tri 132) 1h28'20"; 20. Jean-Claude Langenbronn (Roppentzwiller) 1h28'57"; 21. Vincent Schlienger (SLRC) 1h29'31"; 22. Eric Chardigny (Tacc) 1h30'59"; 23. Ingrid Mutter (Lcm Rheinfelden) 1h31'52"; 24. Arthur Stierlin (Vci Winkel) 1h32'08"; 25. Eric Couchot (Beaucourt) 1h32'37"; 26. Isabelle Wilhelm (Lcm Rheinfelden) 1h33'15"; 27. Mickaël Gallef (Mulhouse) 1h33'15"; 28. Driss Kherbouche (Ammertzwiller) 1h33'48"; 29. Benoît Greter (Sundgau Oxygene) 1h33'54"; 30. Marc Lichtenberger (Koestlach) 1h33'56"; 31. Nicolas Ueberschlag (Bettlach) 1h33'58"; 32. Thibaut Munsch (Ballersdorf) 1h34'20"; 33. Yannick Grienerberger (AAS) 1h35'03"; 34. Eric Lidin (Koestlach) 1h35'33"; 35. Alexandre Brinigel (Altkirch) 1h35'47"; 36. Fabien Fuchs (AAS) 1h36'05"; 37. Henri Walter (Fast Guebwiller) 1h36'11"; 38. Michael Jacquier (Durmenach) 1h36'53"; 39. Eric Henri 1h36'54"; 40. Eric Saint-Voirin 1h37'06"; 41. Claude Gerber (Sundgau Oxygene) 1h37'15"; 42. Michel Butterlin (CMC) 1h37'17"; 43. Emmanuel Bindler (Thann) 1h37'24"; 44. Jonathan Menguy (Colmar) 1h37'29"; 45. Mathieu Ebel 1h37'51"; 46. Jérôme Azzola (Wolschwiller) 1h37'56"; 47. Franck Schmitz (Kilstett) 1h38'07"; 48. Christophe Schalk (Riedisheim) 1h38'22"; 49. Thierry Mariatte (Richwiller) 1h38'25"; 50. Vincent Nanni (Sundgo 2) 1h38'27"; 51. Mathieu Grandjean (Schwoben) 1h38'47"; 52. Frederic Freyburger (Aspttm Tri) 1h38'52"; 53. Stéphane Wawrzyniak (Aspttm Tri) 1h38'54"; 54. Julie Weniger (Collectif Athlé) 1h39'02"; 55. Jean Mathieu Maennlim 1h39'10"; 56. Virginie Zarrillo (Mulhouse) 1h39'25"; 57. Pascal Buchon (Riedisheim) 1h39'28"; 58. Karim Hail (Collectif Athlé) 1h39'35"; 59. Christian Bruneau (Kembs) 1h39'39"; 60. Dominique Senne (Steinsoultz) 1h39'58"...

# Athlétisme Le Running club de retour du Lac du Bourget

Sept athlètes du SLRC se sont élancés sur le Trail du grand lac à Aix-les-Bains pour la deuxième année consécutive, le dimanche 20 octobre.



De gauche à droite : Carole, Vanessa, Céline, Muriel, Fabrice, Christina, Gaëlle et Fred.

DR



Pas de stress pour Christina.

Comme l'an dernier, Gaëlle, originaire d'Aix-les-Bains, a su booster quelques athlètes du SLRC (Saint-Louis Running club) pour participer au Trail du grand lac. Ce trail se dispute soit de manière individuelle soit par équipe de trois relayeurs sur une distance d'environ 57 km avec 1700 m de dénivelé (relais de 11,5 km, 28 km avec 1000 m de dénivelé et 18 km avec 700 m de dénivelé). Les athlètes ont très courageusement relevé ce nouveau défi car

les conditions météorologiques étaient très mauvaises.

Une athlète très courageuse, Christina, avait décidé de s'élancer seule dans cette épreuve qu'elle a brillamment terminée en 6 h 26 finissant 1<sup>re</sup> féminine. Les six autres athlètes étaient répartis en deux équipes les Hopla (Céline, Fabrice et Vanessa) et les Schnacks (Carole, Muriel et Gaëlle) et ont terminé respectivement en 5 h 52 et 6 h 26.

Le petit groupe parle déjà de l'édi-

tion suivante et peut-être y aurait-il d'autres athlètes qui voudront tenter l'expérience en individuel ? Les entraînements du Saint-Louis Running club se déroulent tous les mardis et jeudis de 18 h 45 à 20 h 30 au stade de la frontière à Saint-Louis. Ces entraînements s'adressent aux débutants ainsi qu'aux coureurs avertis, désirant améliorer leurs performances.

■ **SE RENSEIGNER** Informations :  
infos@sl-running.org ou www.sl-running.org

# Saint-Louis Un chèque pour Alain Diffort

**Le Club des entreprises a soutenu le musher Alain Diffort, membre du Running-club de Saint-Louis, double champion du monde dans sa discipline, en lui remettant un chèque de 1300 €.**

Au départ, la demande reçue par le Club des entreprises de Saint-Louis ne correspondait pas vraiment à la vocation du club, présidé par Thierry Greder, qui consiste à soutenir des jeunes talents dans la pratique d'un sport ou d'une activité culturelle avec des perspectives de progression importantes.

Mais la rencontre avec Alain Diffort à son domicile, à Zaessingue, a fait ressortir une telle énergie qu'elle a convaincu les entrepre-

neurs de soutenir le champion. Elle a permis une prise de conscience des efforts fournis, aussi bien financiers (achat de matériel, frais de vétérinaire et de nourriture) qu'en terme de temps consacré par le musher à sa passion.

En effet, même si les courses de traîneaux à chiens se déroulent en période hivernale, c'est toute l'année qu'il faut s'occuper de la préparation de l'attelage, composé de six chiens eskimos du Groënland, pour qu'il soit au maximum de ses possibilités au moment de la compétition, avant une période de repos qui sera consacrée aux portées.

## Un traîneau neuf

Mais pour le musher, pas de répit. Il doit parfaire sa condition physique, notamment par de la course à pied. Alain Diffort a participé entre autres au Trail de



Alain Diffort, fier de son chèque.

Bourbon, course inscrite dans la Diagonale des fous, sur l'île de La Réunion.

Pas étonnant qu'à son contact, ses proches soient piqués par le virus... Le jeune Théo, à 11 ans, s'initie déjà à ce sport, avec des résultats plus qu'encourageants. La relève semble assurée, ce qui ne fait que renforcer la satisfaction d'Alain Diffort, qui pourra, grâce au chèque de 1300 € remis par le Club des entreprises, concourir dans toute l'Europe, cet hiver, avec un traîneau neuf.

Quant au club, fort de ses 26 membres représentant 28 enseignes, il sera présent lors du concert du groupe Telenn donné ce samedi 23 novembre au Triangle, à Huningue, car il a, là aussi, contribué à la réalisation d'un rêve : l'enregistrement d'un premier CD pour ces jeunes virtuoses de la harpe.

ATHLÉTISME Samir Baala va se mettre au trail

# L'appel de la montagne

Samir Baala est un spécialiste de tout. Après le cross, la route, le marathon, plus le reste, le jeune homme du Saint-Louis RC va se plonger dans le monde du trail. Avec des ambitions tout aussi relevées.

**S**amir Baala n'en a pas fini de courir. Après avoir tâté de la route, s'être fait un nom sur le marathon (double champion de France), il s'apprête à bifurquer sur le trail.

**– Que vous est-il arrivé aux derniers championnats de France marathon, à Toulouse ?**

– C'est toute une histoire, j'ai plus envie de l'oublier. La chose m'était déjà arrivée. Je lasse toujours mes lacets très serrés, pour avoir de meilleures sensations.

« J'aime et j'ai toujours aimé la course nature »

D'habitude, ça me fait mal en fin de course, là il y a eu inflammation dès le deuxième kilomètre. Je me sentais pourtant en super forme.

**– Et vous avez dû abandonner...**

– Après quinze bornes, j'avais une grosse douleur. J'ai desserré mes lacets mais j'ai dû arrêter au km23. C'était mort.

**– Pas trop de regrets ?**

– Quand je regarde les résultats, avec le gars qui gagne en 2h17, ça aurait été dur d'aller le chercher. C'est moins fort que mon record, mais ce n'est pas en championnat qu'on bat son record.

Le vainqueur a déjà couru plus vite. J'aurais pu espérer le podium. Ce titre, je l'ai déjà gagné deux fois, je n'ai pas vraiment de regret à avoir. C'est juste frustrant.

**– Vous avez rebondi au Marathon d'Orléans...**

– Ce n'était pas prévu. C'est difficile de prolonger un état de forme quand on prépare une échéance à fond, comme je l'ai fait pour Tou-



Samir Baala avait gagné aux Crêtes en 2011. Il compte aujourd'hui se mettre au trail. PHOTO DNA – SÉBASTIEN BOZON

louse.

Mais je l'avais trop mauvaise, il fallait que je coure. Les organisateurs m'ont dit que c'était un honneur pour eux que je vienne. Je me suis senti gêné.

Moralement, gagner ce marathon m'a redonné des couleurs. Je m'étais bien entraîné, j'ai su retrouver la motivation pour repartir. Le parcours est l'un des plus performants où j'ai couru, je gagne en 2h20.

**– Et vos chaussures... ?**

– Il se marre. Je ne les ai pas

lassées... Mon trop-plein d'énergie, je l'ai déchargé à Orléans. Même si je n'avais pas gagné, je n'aurais pas ressenti un vide. J'y suis allé par amour-propre.

Dans le cadre de ma préparation, j'avais couru trois "semis". Ce n'est pas comme si je m'étais seulement focalisé sur Toulouse.

**– De quoi 2014 sera-t-il fait ?**

– Je vais me mettre aux trail. Je suis quelqu'un qui termine très bien ses marathons. Jusqu'ici, j'ai disputé des courses type Grand Ballon, jusqu'à 12km. J'ai envie

de monter dans le kilométrage et le dénivelé.

**– Pourquoi vous mettre au trail ?**

– C'est une suite logique. J'aime et j'ai toujours aimé la course nature. Je m'entraîne souvent en forêt, dans les champs. Trois fois, je me suis confronté à de vrais spécialistes et m'en suis bien sorti.

**– Pour quelles raisons appréciez-vous la course nature ?**

– Le rapport avec la nature. On ne court pas avec l'œil sur le chrono, mais on regarde autour de soi. Il faut gérer son effort dans les pas-

sages où t'es obligé d'y aller en marchant.

Il y a des moments où tu peux profiter du paysage. Quand je vais en stage à Font-Romeu, je prends toujours les sentiers secondaires, pour grimper jusqu'à 2000m (d'altitude).

**– Quelles courses font envie ?**

– Il y en a beaucoup, mais je ne pourrai pas tout faire ! Il y a la Jungfrau en Suisse. En Alsace il y a le Ballon. J'y songe. Il y en a dans toute la France, t'as de beaux coins déjà dans les Vosges.

Les ultras, comme le tour du Mont-Blanc, j'y viendrai après. Là, c'est 20h de course, ça change... Et puis il faut toute une logistique pour le ravitaillement. Si j'y vais, c'est pour avoir des résultats.

**– On va vous voir aux prochains championnats de France trail ?**

– Je suis partagé. Dans la même période, il y aura les "France" sur marathon et j'aimerais bien les faire encore. Je peux toujours disputer les "France" trail court et je pourrai alors doubler avec le marathon.

**– Le trail est devenu phénomène de mode. Vous y cédez ?**

– Non, c'est quelque chose dont j'ai toujours parlé. Jusque-là, j'avais mes saisons sur la route. Je voulais la quitter sur une bonne note. Pourquoi pas après ma victoire à Orléans. Gagner un marathon, c'est rare.

Je suis un coureur polyvalent. Cette saison, j'ai tout fait, un 1500m sur la piste, des 10km, des "semis", du marathon, des cross...

**– Quels peuvent être vos atouts sur le trail ?**

– Je ne suis pas un spécialiste et je vais devoir faire du spécifique, pour acquérir la technique. Après, j'ai déjà essayé et j'ai gagné aux Crêtes en 2011, fait 3<sup>e</sup> aux Gendarmes et voleurs (*dans le Limousin*), 2<sup>e</sup> aux Crêtes du Pays basque.

Mais j'ai envie d'aller sur des distances au-delà de 30km. Je suis capable de finir fort, de reprendre les gars en fin de course.

**– C'est une nouvelle carrière ?**

– J'ai 38 ans, mais le véritable âge est au poignet, c'est celui qu'indique la montre-bracelet (*avec cardio*).

Après, même s'il n'y a pas que le chrono sur le trail, on le fait pour être rapide. Celui qui gagne, c'est quand même celui qui va le plus vite... ■

SERGE BASTIDE