



DU 22 AU 26 MARS 2023

Pourquoi je fais la course du cœur :

On peut s'adonner à sa passion, son loisir préféré...

On peut consacrer un peu de son temps à une cause à laquelle on adhère et à laquelle on croit...

Mais faire les deux en même temps, ça, c'est unique !

Ce que j'attends avec impatience lors de la course du cœur :

Quand on voit les étoiles dans les yeux des participants des éditions précédentes, on se doute que ça doit être une expérience formidable : les interventions dans les écoles, les échanges avec les transplantés...

Et mes quelques expériences de courses par équipes (Ekiden, raid multisports), c'est toujours des moments très forts.

Ce qui me fait peur pendant la prépa et/ou la course du cœur :

Sportivement, et sauf blessure, faire 25 km par jour doit être faisable.

En revanche, le contexte de fatigue, de manque de sommeil, d'horaires aléatoires va pimenter le challenge. Et aussi les 400 mails de retard en rentrant !

Mes plus beaux souvenirs de course :

L'arrivée de l'Ecotrail de Paris au 1^{er} étage de la Tour Eiffel, le record sur marathon à Tsukuba (JAP), le briefing d'avant course à Hamilton (AUS) où l'organisateur connaît personnellement la quasi-totalité des 12 (!) participants, le serpent lumineux des lampes frontales au milieu de la nuit sur la SaintéLyon... et bien d'autres...

La course ou sortie où j'ai le plus galéré :

Un trail en Corse (la Restonica). Des pentes à 20%, des pierriers où on cherche où poser ses pieds, la canicule...

Les gentils sentiers forestiers ombragés des Yvelines n'étaient clairement pas l'entraînement le plus adapté !

Ma sortie ou course la plus longue :

En distance : Ecotrail 80km. En durée : triathlon IM Tallinn (EST) 10h56.

Autres sports et loisirs pratiqués :

Course à pied depuis ~25 ans mais surtout triathlon depuis 2017.

Quelques mots pour me présenter... :

Marié, 3 grands enfants, passé par Cléon, VSF, TCR et Nissan (JAP).

Chez Renault

Site Renault : VSF

Mes fonctions : Ingénierie, Leader de Famille Fourgonnettes et Pick-ups.

Ma devise :

がんばって ください

« Gambatte kudasai »

« Fais de ton mieux s'il te plaît » :

Formule d'encouragement créée par les spectateurs au bord du parcours pour donner de la force

Un dernier mot :

« Et toi, tu as ta carte de donneur ? »

