



**DU 22 AU 26 MARS 2023**

## Pourquoi je fais la course du cœur :

Une opportunité à saisir pour se mettre au service des autres à travers une aventure humaine à construire. Sortir de la pratique sportive classique pour soutenir une cause qui peut sauver des vies. Utiliser une de mes activités sportives dans une société de plus en plus individualiste c'est le minimum à faire. Offrir mes capacités sportives et de communication pour vivre des émotions collectives

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

Compte tenu de ma localisation en province, c'est la rencontre de l'équipe, c'est le don de soi pour l'équipe pour la cause. Cela sera ma première expérience Course du Cœur, j'attends d'être à la hauteur de l'évènement. Mais surtout le top départ pour prendre toute la mesure de cette aventure

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

Ne pas être à la hauteur de l'évènement et de l'attente de l'équipe .  
Ne pas pouvoir prendre le départ de l'aventure pour une raison X ou Y.

## Mes plus beaux souvenirs de course :

Chaque arrivée d'Ironman ou d'ultra trail est un évènement marquant. (de par l'investissement et les sacrifices). Le sport longue distance pratiqué de manière « équilibrée » est en général source d'émotions. Les moments les plus intenses :

- ✓ Ma 1<sup>ère</sup> finale mondiale Ironman à Hawaï ; l'arrivée de l'Embrunman en 1999 avec mon fils né 3 mois auparavant dans les bras ; l'Embrunman de 2007 avec un marathon en 3h25 et 23 au scratch.

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

La descente de la 6000D, ultra trail à la Plagne, qui était ma première expérience en ultra. Le marathon de l'Ironman d'Afrique du Sud en 2018 avec une cheville détruite.

## Ma sortie ou course la plus longue :

De nombreuses courses lorsque la tête a craqué ont été interminables, mais une SaintElyon en 7h ou un Ironman en 11h ça pique.

## Autres sports et loisirs pratiqués :

Ski, plongée sous-marine, VTT, natation, vélo, raid multi sport.

## Quelques mots pour me présenter... :

55 ans, je vis maritalement, un grand enfant de 23 ans

### Chez Renault

Site Renault : DR Lyon Sud Est, sites Lyon RRG et Groupe Meignan  
Mes fonctions : chez Sodicom depuis 1992 et actuellement CDA (Conseiller Développement Atelier).



## Ma devise :

« No pain no gain »

## Un dernier mot :

« La vie c'est comme une boîte de chocolat, on ne sait jamais sur quoi on va tomber... »

