



# Ludovic DUPONT

**Pourquoi je fais la course du cœur ? :**

Pour vivre un moment de partage et d'entraide sportif autour de la noble cause de la sensibilisation au don d'organes. Chacun est confronté à un moment donné de sa vie à cette question et il est important de communiquer autour du sujet sans tabou afin que chacun soit sensibilisé et fasse savoir son avis.

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

Partager des moments de joie, d'entraide mais aussi de douleur avec l'équipe Renault et les autres équipes. Echanger sur le don d'organes avec tous les suiveurs de la course.

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

Pouvoir me libérer suffisamment de temps pour participer à tous les entraînements communs et bien sûr me blesser avant de partir.

**La perf dont je suis le plus fier :**

Avoir terminé honorablement un Triple Ironman (bientôt le quintuple !).

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

Marathon des Sables. Les conditions d'hébergement ne sont pas des plus confortables...

**Ma course préférée :**

Diagonale des Fous pour les paysages et l'engouement autour de la course.

**Ma sortie ou course la plus longue :**

En Ultra-Trail : 170 km au GRR... en 59 h : j'ai bien profité des ravitaillements !

En vélo : 540 km lors du Triple IM.

**Autres sports et loisirs pratiqués :**

Escape Game, Yoga et Cuisine Vegy.



**Ma devise :**

No Pain, No Gain

**Un dernier mot :**

Le matin, tu peux rester au lit pour poursuivre ton rêve ou te lever pour le réaliser.

**Quelques mots pour se présenter... :**

41 ans - marié - 2 fils de 14 et 12 ans.

**Chez Renault :**

Site Renault : Le Plessis Robinson

Mes fonctions : Responsable des ventes internationales de Renault Tech.