

DU 20 AU 24 MARS



Ludovic BRAHIC



Pourquoi je fais la Course du Cœur :

Clairement pour promouvoir le don d'organes ! Mais aussi pour vivre une expérience humaine hors du commun ! J'aime aller vers les autres, être à l'écoute et aider si je le peux, aussi je dirais que cette course me ressemble. En plus je peux faire tout cela en courant alors quoi de mieux !

Ce que j'attends avec impatience lors de la Course du Cœur :



Faire de belles rencontres !

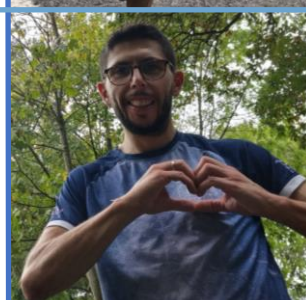
Revenir la tête pleine de souvenirs mémorables !

On m'avait dit sur la **Course du Cœur**, en 2023, avant ma 1^{ère} participation « tu pars avec des collègues tu reviens avec une famille » : je confirme ! Et nul doute que l'édition 2024 hérite de cette alchimie !



Ce qui me fait peur pendant la prépa et/ou la Course du Cœur :

La prépa ne me fait pas peur étant habitué à courir plusieurs fois par semaine et ayant déjà fait de longues distances. Seule la blessure me fait peur bien entendu... Pendant la course rien ne me fait peur. L'équipe est soudée et on trouvera toujours une solution si un problème arrivait.



Mes plus beaux souvenirs de course :

Mon 1^{er} marathon sous les 3 h (Loch Ness). Mon 1^{er} trail nocturne (SaintéLyon, 73 km en 2017) avec ce flux lumineux généré par les frontales qui est juste magnifique. L'arrivée main dans la main sur le Trail des Forts de Besançon (56 km en 2022) sans oublier l'Endurance Trail des Templiers !

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

Ecotrail Paris (80 km) en 2021.

J'y suis allé sans entraînement et ça se paie cash comme on dit ! Le mental a pris le dessus pour finir la course !

Ma sortie ou course la plus longue :

Endurance Trail des Templiers :

✓ 106 km – 4 800 m D+.

Autres sports et loisirs pratiqués :

Vélo.

Quelques mots pour me présenter... :

39 ans, marié, 2 enfants (Noémie 5 ans et Noah 2 ans).

Chez Renault

Site : Technocentre

Mes fonctions : Chef de projet à l'ASBU (développement d'outils pour connecter nos véhicules).



Ma devise :

« Ne jamais rien lâcher »

Un dernier mot :

On part demain ?!

