

DU 20 AU 24 MARS



Nicolas DEWAELE

Pourquoi je fais la Course du Cœur :

J'ai connu la **Course du Cœur** il y a peu de temps et je pense y retrouver les valeurs qui font que le sport à une telle place dans ma vie :

- Le dépassement de soi, l'esprit d'équipe et l'humain en participant à cette grande cause qu'est le don d'organe.

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

Des rencontres, du partage. Un défi humain et sportif.

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

Le leitmotiv de ma préparation sera de m'entraîner sans me blesser.

Pendant la course, j'imagine que la gestion de la fatigue et du sommeil sera primordiale.

Mes plus beaux souvenirs de course :

Le grand trail du Lac 2023. Une course en balcon au-dessus du lac du Bourget où j'ai ressenti de bonnes sensations tout du long.

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

La Montagn'Hard porte bien son nom. Les paysages étaient magnifiques mais le parcours était un peu trop exigeant pour le parisien que je suis (en 2022).

J'ai quelques souvenirs de triathlons épiques également !

Ma sortie ou course la plus longue :

La trans-Aubrac (2023), un trail de 53 km qui aurait pu être magnifique s'il n'avait pas plu toute la journée !

Autres sports et loisirs pratiqués :

Du triathlon. 1 sport c'est bien, 3 sports c'est mieux.

Quelques mots pour me présenter... :

43, ans, en couple avec 2 enfants :

- Un athlète de 9 ans et un kayakiste de 12 ans.

Chez Renault

Site : Noisy le Grand

Mes fonctions : Responsable Cloud.



Ma devise :

« Un jour cette douleur te servira »

Un dernier mot :

Hâte de courir pour la vie avec la **Course du Cœur**

