

DU 20 AU 24 MARS



**Paul TRAN**

### **Pourquoi je fais la Course du Cœur :**

Il s'agit de la 1<sup>ère</sup> course dans laquelle j'associe le côté humanitaire, de sensibilisation (au don d'organes) au côté sportif, solidaire avec un groupe sur 4 jours. Je veux faire la promotion de cette noble cause et j'espère que tous nos efforts donneront des idées à ceux qui hésitent encore.

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

Comme tout sportif : le départ avec le prologue sur Paris !!!  
C'est aussi le partage de toutes ces valeurs avec cette équipe et de vivre des moments exceptionnels.



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

Rester sur la réserve et ne pas vivre à fond cette expérience.

### **Mes plus beaux souvenirs de course :**

Approcher le sub 3h (55 s de trop !!!) au marathon de Chicago en 2020.

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

Mon 1<sup>er</sup> ultra trail l'UTPMA (107 km, 5 500 D+) en 2018, j'avais quelques douleurs au genou droit mais j'ai quand même réussi à finir ce 1<sup>er</sup> ultra trail en 24h (sans prépa spécifique non plus, je n'aime pas trop les prépa... trop contraignant).

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

L'UTPMA.

### **Autres sports et loisirs pratiqués :**

Le surf, le vélo, le roller, tennis, foot, golf...

### **Quelques mots pour me présenter... :**

46 ans, marié, 2 enfants.

#### **Chez Renault**

Site : Villiers St Frédéric  
Mes fonctions : Spécialiste Métier Prestation et Pilote Prestation Client dans le domaine de l'accès et la protection contre le vol du VU.



### **Ma devise :**

*« Celui qui veut réussir doit apprendre à combattre, persévérer et même parfois souffrir »*

### **Un dernier mot :**

*On mange quand ?  
Attention, je suis très gourmand !*

