

JOGG INFO

2006 - 2



Escorte présidentielle pour une 'première... réussie. Gros, gros bravo Flo-Flo.
De gauche à droite : R Panetta, L Plané, Flo, Gigi Lagrange, une blonde inconnue et Domi Maillet (Photo Mic Butin)

LE MAGAZINE DU JOGGER

Marathon de Lyon 2006

*Carole, Florence, Robert et Noël
Tous Très fiers de leur première*

« Le sport va chercher la peur pour la dominer, la fatigue pour en triompher, la difficulté pour la vaincre ». Cette citation de Pierre de Coubertin, c'est Lulu Plané qui vient de m'en faire cadeau, histoire de me consoler...

Cela dit, mes petits, ce Marathon de Lyon 2006 restera dans les 'Annales' de ce club de fines fesses qui nous est cher, le Jocel. Il constitua une 1^{ère} pour Carole, pour Florence, pour Robert et pour notre père Noël. Alors, mes trésors, honneur à ce quatuor. Voici les récits raccourcis des péripéties de ces chéris.



Carole BEAL : « ... la chair de poule ».- « J'ai très peu dormi... seule dans mon lit... la nuit qui a précédé le marathon. C'est donc la tête "dans le seau" que je me suis placée sur la ligne de départ... L'entraînement pris en cours de route (je ne devais pas faire cette course), mon peu d'expérience, la pression... Vais-je aller jusqu'au bout de ces 42km195 ?.. La trouille quoi... Et puis le starter a retenti. D'un coup d'un seul le brouillard se dissipe, les doutes s'envolent... Le plaisir de courir prend le dessus. Les kilomètres s'enchaînent... 10°, 20°, 21^{ème}, je suis dans les temps pour remplir ma mission, terminer en moins de 4 heures ».

« Le Parc de la Tête d'Or est tout près. Heureusement que la foule "en délire" est là pour nous encourager car ce passage, sans ravitaillement, est un peu difficile. Pour l'instant, ça va, je garde le rythme. 30^{ème} km, pas de sensation de mur (mais ça va forcément arriver). Au 32°, la joie de trouver un Saint-Bernard (Alain Fayet) qui va terminer la course avec moi. Dans son tonneau, pas de potion magique mais des mots de réconfort, d'encouragement... une bouffée d'oxygène (merci Alain). C'est à partir du 37^{ème} que les choses se compliquent, je perds un peu de temps sur mon tableau de marche, les jambes commencent sérieusement à tirer, les 5 derniers kilomètres seront terribles... Et puis, brusquement, j'entends la sono de Gerland... tout dès lors se fait dans la tête. Les jambes sont comme inexistantes, il faut aller au bout, ne pas craquer. La foule amassée me porte... ça fait une drôle d'impression, c'est inexplicable, ça donne la chair de poule... Je passe l'arche d'arrivée en 3 h 56-57... J'ai réussi. Mais je suis vidée... Un marathon, c'est une expérience extraordinaire... Ce 'premier', je vais le garder longtemps en mémoire et je suis déjà enthousiasmée par le fait d'en préparer un autre... mais pour ça, on va attendre un petit peu... ».

Carole

Florence SANCHEZ : « J'ai eu envie de pleurer... »- « Ce premier marathon, je l'ai rêvé pendant des mois. C'était mon moteur. Depuis janvier, je disais à tout le monde que j'allais le faire. J'étais donc, pour moi, dans l'impossibilité de ne pas y arriver. Mais, je savais que mon entraînement n'était pas suffisant... et ça m'a fait très peur... jusqu'au jour de la course où une demie heure avant le départ j'ai fait une petite crise d'angoisse ».

« Et vint le départ. Enfin zen, tranquille... Les 20 premiers kms ne m'inquiétaient pas, j'attendais avec impatience l'arrivée au Parc ; grand tournant de mon marathon. Je savais que Mic serait là pour m'aider... J'ai eu ma première faiblesse vers le 27-28^{ème} km et là j'ai commencé à réaliser qu'il y avait un mur 'ça passe ou ça casse'. Avec mon peu d'entraînement, j'ai pris peur. Quand Mic m'a laissé continuer seule, je me suis mise un deuxième objectif : retrouver Dominique, ne jamais m'arrêter. Le moment le plus dur a été ce très long aller-retour sur les quais de Saône avec le soleil... mais Domi avait toujours une bouteille d'eau (je dirais même 2), ça m'a permis de tenir ».



« Le plus grand moment d'émotion, je l'ai vécu sur le pont Pasteur : de nombreuses personnes du club étaient là pour m'encourager., J'ai eu envie de pleurer, pleurer de joie ou de je ne sais quoi. J'étais un peu cuite et vous ne m'avez pas lâchée... »

« J'ai pris peur au 40^e km quand j'ai vu mon chrono ; il fallait que je finisse en moins de 4h30 ; je n'allais pas m'arrêter si près du but et louper mon temps de 1 minute... Le dernier km on se dit qu'il faut tenir et je me suis mise à accélérer, avec un seul objectif, traverser une ligne de 10 cm de large. Et voila, c'est fait... 4h 29' 27'' à mon chrono. Mais, combien de fois j'ai eu envie de m'asseoir sur un trottoir; mais il fallait que je le finisse, pour moi et pour le JOCEL qui m'a soutenu de façon extraordinaire alors que je ne vous connais que depuis début mars. Allez, c'est vrai, terminer un marathon, ça donne des ailes... presque l'impression d'être invincible... Question de mental ».

Florence



Robert MEZIANE : « C'est le pied... ».- « Mais oui, ça y est.

Je suis 'enfin' un vrai coureur à pied... Désormais, j'emplume les enclumes qui ne parlent que de leurs années passées... depuis, notamment, qu'ils ont doublé le cap des 75 kilos. Bon, revenons à nos moutons, oublions ces petits... ronchons. Donc, ça y est, après en avoir parlé pendant des mois, j'ai effectué, et terminé, mon premier marathon. Trêve de modestie, je suis content de moi... car, partir pour 42km195, ça me faisait un peu peur ».

« Cette première expérience, je l'ai vécue vraiment intensément, et c'est peu de le dire. Je m'en suis mis plein les yeux, plein le coeur, plein les tripes... Dès le départ, voir tout ces gens sur les côtés qui crient et applaudissent... oui, ça m'a fait quelque chose. Et puis, les 300 derniers mètres, et ce passage entre les deux lions, monstrueux, j'en ai eu des frissons. Voir autant de monde, tout au long du parcours... apercevoir autant de personnes du club –plusieurs fois sur le trajet- et d'amis... ça, je ne l'oublierai pas de si tôt. Autre fait qui m'a marqué : la souffrance dans les 6-7 derniers kilomètres... Non, c'est pas du vent, il faut serrer

les dents... s'accrocher... Mais, avec la préparation que nous avons suivie, j'étais confiant. Je savais que je n'avais pas trop de soucis à me faire pour finir cette première 'galère d'enfer' ».

« Maintenant, dernier aveu -je vous dit tout- en passant la ligne d'arrivée, traumatisé sans doute par ces beaux parleurs (je plaisante...) dont la valeur n'est plus qu'un leurre (je re-plaisante...), je me suis bel et bien dit : ça y est, c'est fait, je suis enfin un coureur... La course à pied, c'est le pied... Mais oui... A condition d'être... bien entouré.».

Robert

Noël MOISSONNIER : « Sous les feux de la crampe... ».-

« Dimanche 5h du matin, je ne dors plus depuis un bon moment. J'attends que le réveil sonne. La nuit a été courte, ça tourne dans ma tête. Ce 1^{er} marathon ne s'annoncent pas très bien, j'ai mal au crâne et les jambes en coton ».

« Une demi-heure avant notre envolée... les encouragements mutuels entre Joceliens et Joceliennes me font du bien... Faut pas croire, je suis un tendre... Mon départ est laborieux. Les 10 premiers km seront d'ailleurs assez pénibles pour moi : jambes lourdes et toujours ce mal de tête. Le ballon des 4 H. est loin devant... à l'horizon... Je ne comprends pas, il doit être au dessous de ses temps ! »

« Maudit ballon, je finis par le rejoindre au niveau des Galeries Lafayette... Gaillardement, je le dépasse... Ce sera mon meilleur passage avec, également, la traversée du Parc Tête d'Or sous les encouragements de nos fans... Tout baigne, je suis content... un vrai gosse ».

« Cela va se gêter quai des Etroits... là, je n'en mène pas large (normal sur ce quai)... et la crampe, que je sentais venir depuis quelques kilomètres, me terrasse

soudainement. Ce que je redoutais arrive : je marche !... Tout s'écroule, j'essaie vainement de repartir... Je ne vois plus qu'un salut : LE BUS de Saint-Michel-de-la-Palette... Non, c'est non... je dois finir plus vaillamment. Je m'astreins donc à de longs étirements et... repars en trottinant... Mais, pendant ce temps... Carole est passée, ainsi que le ballon des 4 H ».

« Ce n'est que dans les 3 derniers km que je peux légèrement accélérer pour finir sous les 4 heures, dans cette dernière ligne droite extraordinaire... sous les feux de la crampe!!! Mais, c'est promis, je reviendrais, ici ou ailleurs, pour un autre marathon ».

Noël



«J'ai les pattes d'un cul d'jatte... Des mollets très mollets...»

«Ah mon Dieu qu'c'est embêtant Je n'suis pas bien portant»

Gerland ce 23 avril 2006. 8h 10... la vie est belle... plume d'hirondelle... vive le Jocel :

*«J'ai la rate d'un pirate et le foie qui y croit».
«J'ai les cannes d'Superman et les g'noux d'un gourou»
«J'ai le coeur en chaleur les doigts d'pieds éveillés... Le fessier mal-peigné et l'zizi qui sourit»
« Ah mon Dieu qu'c'est excitant.... Je me sens très bien portant »*

Gerland, 9h pétantes... trop occupé à délirer avec l'ami Rusli, je n'entends pas le coup de pétard du départ... et oui, toujours jobard le tocard. Qu'à cela ne tienne, sur fond de musique brésilienne, je la joue à l'ancienne... Le temps de faire le tour du Stade et me re-voici... d'où je suis parti... ce qui, brusquement, m'amène à philosopher (car fils-de-l'oeuf je suis) sur tous ces conquérants de l'inutile qui s'agitent autour de moi :. Se taper 42 bornes pour revenir... à son point de départ... faut être un peu gelé de la bouillotte... et se traîner une jugeote bien pâlotte... Certes, mais être capable de penser (!), le torse bombé et la cuisse galbée... hé, en cet instant, je suis assez content de moi (!). Pour l'heure, en effet :

*« J'ai les pattes qui m'épatent les orteils bien pareils »
« Les poumons hyper bons le thorax droit dans l'axe. »
« P'tit vaurien très malin... l'air de rien j'me sens bien »*

Rusli rassuré s'en est allé. C'est vrai que, pour m'éviter tout malheur, j'ai mis le compteur sur 10 à l'heure... Rue Mérieux, ça fait le bonheur de Carole qui m'enrhume... j'aimerais la prendre en grippe, mais la jolie souris me dédie un « Allez Mimi » qui m'radoucit. Une petite boucle dans le quartier de La Mouche endormi et nous revoici avenue Debourg. Là, c'est Florence qui me tire sa révérence... Au Jocel, sont pas mal, ni banales, ces dames du macadam...

Bien plus que l'envol de ces deux amies, ce sont les deux p'tits tours imposés dans les rues de ce VII^e arrondissement roupillant, qui m'irritent la citrouille. Bref, l'esprit chagrin, j'arrive néanmoins, comme un pingouin, en 1h 04mn, au 10^e km situé avenue Leclerc. Un tout petit peu plus loin, la foule amassée à l'approche du pont Pasteur m'apporte un brin de chaleur. Le site est enchanteur, mais le meilleur, c'est sur le pont que je le découvre en croisant les allumés du 10km... parmi eux Gigi et son sourire charmant, puis le président Roland qui, à mon attention, hurle comme un dément 'elle est pas belle la vie'... mais si, mais si, j'en suis ravi.

Cours Charlemagne, «sacré, sacré Charlemagne...» je songe brusquement à... France Gall et à mes 20 ans... allons donc, même essoufflé, il est permis de rêver.. C'est ainsi, quai Rambaud, que je fis le beau. Pas très longtemps d'ailleurs, car c'était inutile : l'entrée de la place Bellecour, les rues V. Hugo, Franklin et A. Comte avaient les reflets du désert de Gobie, sans le moindre zombie... Rue d'la Barre, quai Gailleton, pont de l'U, pont d'la Guille, rue d'la Barre... de ces détours et contours déjà j'en ai marre... Vide comme le litron d'un pochétron, la rue d'la Ré me donne envie de pisser... ce que je fais en lousdé !...

Pont Morand, quai de Serbie... j'arrive au 20^e km en 2h 06. J'suis pile (électrique) dans mes prévisions. Mais il fait de plus en plus chaud. Sur la voie rapide qui remonte le Rhône ça cuit, cuit... et ça sent le roussi.

Arrive enfin l'entrée dans le Parc de la Tête d'Or... comme promis, l'ami Guy-Guy Champetier m'attend d'un bon pied. C'est mon pote, l'Ardéchois du Jocel. Il est parti pour me supporter toute une éternité... 4km plus loin, dans la petite montée qui permet de sortir du Parc, un coup d'aiguillon me zigouine (c'est pas gay) le mollet droit. Un poste de la Croix Rouge est là qui me tend les bras... Pour la première fois de ma vie, sans hésiter, je m'fais masser... par un bel éphèbe !... La trentaine sereine, un doigté à chavirer, il ne cessera de me demander « J'vous fais mal Mōssieur ? J'vous fais mal Mōssieur ? ». Et moi, tel l'autruchon fanfaron, d'affirmer comme un couillon : « Non, non... » alors qu'il me martyrisait... Vouai, il était bonbon ce garçon ... Mais, n'en parlons plus... en ce 23 avril, il est 11h50 :

« J'ai la rate raplaplate... et le foie de guingois... »
 « Les gambettes en goguette... et les ge'noux à genoux »
 « J'ai l'bassin pas très sain... et les seins sous l'bassin »
 « J'ai le sex tout perplexe.. et les reins pas très bien... »
 « Ah mon Dieu qu'c'est embêtant... je n'suis pas bien portant »

Je repars, cahin-caha... Tout ira correctement le long du Rhône, mais dans la petite montée qui ramène au quai de Serbie je subis, pour la deuxième fois, mon mollet droit très pisse-froid. Ensuite... nouvelle marche pour 'monter' sur le pont Morand. Dès lors, je ne joue plus la Comédie, même sur la place du même nom. La rue de Brest n'est pas du tonnerre. Place Bellecour, le Roi Soleil se moque de ma défroque de loque... Le mec chocolat, «c'est moi»... A mes côtés, Guy-Guy en est tout coi.

« J'ai les pattes d'un cul-de-jatte... Les mollets très mollets »
 « Les rotules qui ondulent... et l'sacrum c'est tout comme... »
 « J'ai une tête d'alouette... Entre nous, c'est pas tout... »
 « J'ai le cou bien trop mou..... l'trou du cou qui s'écoud !... Aaaaaah... Mon Dieu !... »

Nouvelle marche-limace pour gravir le pont Kitchener... j'ai les nerfs. Au milieu de l'aller-retour du quai J-J Rousseau, finie la philosophie, je jette l'éponge : je terminerai, comme le duc... à ma guise,... étonné toutefois par le nombre de traîne-la-patte (une bonne demi-douzaine) qui, portable à l'oreille, évoquent leurs malheurs avec leur p'tite amie, leur mama ou leurs moutards... Pour ma part, obsédé par mon mollet de poulet, j'avance comme un canard... en tortillant du pétard. Au diable 'les varices'... plus très fier, mais pépère, j'récupère. Sur le pont Pasteur, je suis vacciné, la santé j'ai retrouvée.



Rue Jean Bouin, à 800m de l'arrivée, une délégation du Jocel me rabroue :
 « Qu'est-ce tu fous, on t'cherche partout ! »

C'est alors, sourire aux dents, ventre en dedans... très rassurant que, rigolo pas beau, j'fais l'cabot... pour la photo !

Cela dit, et par la grâce de mon mollet droit aux abois, je serai obligé (misère, misère, sacrée première)... je serai obligé de m'arrêter, par deux fois... dans les 100 derniers mètres !

Mais, aujourd'hui mes Gones... que la Madone me pardonne... avec ma voix de pionne... j'vous l'fredonne... comme personne :

« J'ai la rate qui s'éclate... Et le foie en émoi... »
 « Les ovules en virgule... Et l'machin pas très fin.... »
 « Tête de folle j'batifolle... Car l'alcool m'affriole... »
 « Et ma foi, si je bois... L'paradis m'est promis... »

Avec Guy-Guy, mon fidèle ami
 patraque »

« Ah mon Dieu qu'c'est excitant... d'être toujours

(Photos M. Butin)

« Ah mon Dieu qu'c'est émouvant... je n'suis qu'un charlatan ».

Très bancalement votre M. S.

LES RESULTATS - Marathon. 1^{er}: Kaïs Bouziane, 2h 24' 56''... -- 485°: Denis Wolf, 3h 19' 36''. --776°: Ali Lahimar, 3h 29' 23''. --821°: J-Pierre Namouric, 3h 31' 09''. --927°: Alvance Circus, 3h 36' 19''. --1298°: Robert Meziane, 3h 48' 01''. -- 1586°: Carole Béal, 3h 57' 25''. -- 1647°: Noël Moissonier, 3h 58' 50''. -- 1789°: Iwan Rusli, 4h 04' 24''. -- 2311°: Alex Pomares, 4h 29' 09''. -- 2325°: Florence Sanchez, 4h 30' 08'' (4h 29' 27'' en temps réel). --2686°: Michel Seveyrat, 5h 05' 02''... sur 2782 arrivants... Ajoutons qu'il y eut... près de 1000 abandons... du fait, principalement, de la chaleur.

10 Km. 1^{er}: A. Gorkin, 30' 25''... --1556°: Lucien Plané, 51' 14'' -- 2274°: Ghislaine Lagrange, 55' 06'' -- 2330°: Roland Panetta, 55' 27''. --2407°: Benjamin Lamattina, 55' 51''. -- 2510°: Françoise Duchet, 56' 29''. --3175°: Monique Varciat, 1h 00' 51'' (**3° féminine en V3** et donc, une nouvelle fois... **podium**). -- 3988°: Christiane Bataille, 1h 08' 42'' ... sur 4351 arrivants.

« Enfin... 100 bornard... »

L'aventure vécue de notre ami Didier Payet

Mon sac à la main, j'étais un peu paumé... Tout à coup, un 'bout-d'choux' de 6-7 ans, s'est approché de moi : « Je vais essayer de faire 50 km avec toi... car je ne pense pas pouvoir tout faire... ».

Un peu dérouté et croyant que je n'avais pas bien compris, je me suis penché vers lui, l'ai regardé et, gentiment, lui ai demandé : « Tu cherches quelqu'un ? ». « Oui –qu'il m'a répondu- je m'appelle Sylvain, j'ai 6 ans ½. C'est toi que je cherche ». L'espace d'une seconde, je me suis demandé si je ne venais pas de rencontrer le Petit Prince de Saint-Exupéry... S'il m'avait murmuré « Dessine-moi un mouton », je pense que j'aurais marché... Mais j'étais venu pour courir... Alors, j'ai fait un effort et, les yeux écarquillés, je lui ai rétorqué : « Pardon... J'ai pas compris ».

C'est ainsi... le vendredi 18 mars dernier, vers 17h, en la salle des fêtes de St Nazaire-les-Eymes, près de Grenoble, que j'ai fait la connaissance de Sylvain, 6 ans ½ ... mon parrain... Il était chargé de goûter avec moi !.. Mais oui !.. Il fallait y penser, chaque participant aux '100 bornes 2006' de ce St-Nazaire dans l'Isère, était parrainé par un enfant du village... afin d'impliquer les habitants... et mettre de l'ambiance.

Cet accueil, bien sûr, me permit d'oublier, quelques instants, le but de ma venue... Pas très, très longtemps, mais suffisamment pour qu'on devienne copains : Sylvain et moi... Ce n'était qu'un début. L'anxiété qui m'avait quelque peu délaissé me retrouva bien vite, d'autant que durant le repas du soir, entre coureurs, les petits nouveaux furent repérés sans difficulté... Et les anecdotes sur les galères des habitués me tombèrent sur le râble comme mouches qui piquent... Tout ce qu'il fallait pour me reconforter.

Essayer un 100km, cela faisait une bonne année que je m'y étais décidé. Si j'avais choisi celui-ci, c'était pour trois raisons : 1– Je me sentais prêt en ce début d'année... et Millau, en septembre, me paraissait bien loin. 2– Le parcours relativement plat me séduisait. 3– Le fait de courir sur une boucle, à effectuer plusieurs fois, était rassurant, car, en cas de pépin, nous n'étions jamais bien loin de l'organisation... En contre-partie, je le savais, cela demandait plus de volonté car il était plus facile d'abandonner, à chaque passage, plutôt que seul dans la nature... ce que les 'anciens' se plaisaient à rappeler : « Oui, il y a toujours eu un tiers d'abandons les années précédentes ». Ce qui me tracassait, également, c'était cette notion de temps limite (12 heures). "100 bornes, je vais en baver, en baver!"..... la nuit fut courte et angoissante....

Le réveil, samedi matin, s'effectua presque en fanfare... pour un petit déjeuner à 5 heures !... Vinrent, ensuite, les derniers préparatifs et l'attente du départ fixé à 7 heures... Crispant... jusqu'à cette formidable surprise : l'apparition de Sylvain... Nom d'un pétard, le pitchounet avait tenu à se lever pour venir m'encourager ... Oui, je l'aurais embrassé!

7 heures... nous voilà partis... Enfin !... Au menu, 4 km pour traverser le village et arriver à la base nautique... et là, le grand départ avec le début d'une boucle de 12 km, boucle à effectuer 8 fois... Comme annoncé, le circuit est relativement plat... Mais, coincé entre l'Isère et l'autoroute, en pleine campagne, il se révèle vite des plus monotones. Qu'à cela ne tienne... un baladeur sur les oreilles, je me fais une raison.

Je passe le Marathon en 3h 44mn et les 50 km en 4h 27mn... Entre l'écoute de la radio et mes savants calculs (pour connaître mon allure) le temps s'égrène... paisiblement. Surviennent les actualités de 12 h... et l'heure de l'apéro... je pense alors à la famille qui, je le sais, lève le verre à ma santé... Ici, il n'y a que des cacahuètes... au ravitaillement ! Au 66 km, je me surprends à marcher. Naturellement, je culpabilise. Mais, comme à la Saintélyon, je m'oblige à lever le pied un bon moment, afin de me refaire une santé... et ne repars, en petites foulées, qu'au 68 km. Qu'importe, cela a été utile : je ne remarquerai plus...

Et puis, vers le 80° km, merveilleux bonheur, Sylvain, 'mon Sylvain' réapparaît... à vélo, son père à ses côtés ; baskets aux pieds. Ils ont décidé de faire la dernière boucle avec moi. Elle est géniale cette idée... géniale pour mon moral... Dernière boucle, la cloche s'agite... Il ne faut pas faiblir si je veux passer en dessous des 10 heures. Mais ça devrait aller, d'autant que repéré par les autres coureurs, j'ai droit de plus en plus d'encouragements et de signes amicaux... Arrive le dernier kilomètre !... Et là, brusquement, Sylvain, mon Petit Prince, pose son vélo et... va –oh, il est trop ce marmot- et va chercher une pancarte « Allez Didier » qu'il avait confectionnée. C'est ainsi, main dans la main, que nous passerons la ligne d'arrivée en 9 H 42 mn !!! Joie intense, ma cavale est finie et... dans un temps inespéré !!!... Au final, sur 159 partants, je termine 41° sur 102 classés... cette année encore un tiers manque à l'arrivée.

Tout compte fait, un 100 bornes, c'est pas aussi difficile qu'il y paraît !... Avec une préparation étudiée, ce doit être à la portée d'un bon nombre au Jocel. Qui relève le défi ?... **D. P.**

Par ici les sorties

Trail Givré de Montanay (12 02 2006) .- Vingt kilomètres pas faciles du tout, une température plutôt frisquette en dépit d'un petit soleil sympa (notamment sur les côtelettes de Guytou)... 12 Joceliens, dont trois MiMiss... et Denis Wolf largement au dessus du lot (bien loin toutefois derrière le Viennois Eric Mercier). Sans oublier une participation toujours aussi forte, avec 491 arrivants. Non, non, le Trail de Montanay n'est pas que pour les givrés.



Classement	Nom	Prénom	Temps	Catégorie
1er	MERCIER	Eric	1h 07' 07"	S H
84°	WOLF	Denis	1h 23' 52"	S H
137°	CIRCUS	Alvance	1h 28' 57"	V1 H
178°	HAMMADA	Christian	1h 31' 55"	V1 H
198°	MEZIANE	Robert	1h 33' 46"	V1 H
257°	RODRIGUEZ	Guy	1h 38' 32"	V2 H
297°	MOISSONNIER	Noël	1h 41' 04"	V2 H
382°	MERCIER	Christian	1h 49' 26"	V1 H
402°	BOURGEAY	Monique	1h 52' 23"	V1 F
403°	BOURGEAY	Michel	1h 52' 24"	V1 H
404°	BEAL	Carole	1h 52' 26"	S F
475°	LAGRANGE	Ghislaine	2h 06' 51"	V1 F
476°	MAILLET	Dominique	2h 06' 52"	V1 H

XII° Printemps d'Ozon... "dans le vent-en-en"... (12/03/06).- Support de notre Challenge, ce 12^{ème} Printemps d'Ozon fut joyeusement courtié par 576 concurrents dont 14 Joceliennes et Joceliens, 6 sur le 10km et 8 sur le 21... Un score flatteur qui n'empêcha nullement ce "Printemps" de faire la 'mouille' avec un mercure dur-dur et un vent de garnement... Qu'à cela ne tienne, tout le monde, apparemment, y prit son plaisir... Quant à notre ami Camille Heidet, sur le 10 bornes, il arracha la 11^{ème} place (sur 207 classés) en 40mn et 04 s, à l'excellente moyenne de 15,12 km/h... Coup de chapeau également à Denis Wolf qui, au 21Kms (60° sur 329) s'offrit une moyenne de 13,37 km/h en dépit d'un parcours pas des plus roulants ; amical clin d'oeil aussi à Cézanne-Bert, notre V3 de toubib, qui en dépit de ses entraînements bien déroutants termina en 12,58 km/h.

LES CLASSEMENTS – 10Km. : -11°(et Podium en VH1) Camille Heidet, 40'04''. -81° Richard Déal, 44'14''. -119° Gigi Lagrange, 54'15''. -133° Guy Champetier, 56'16''. -154° Michel Butin, 58'31''. -198° Simone Morel, 1h04'54''...

21Km. : -60° Denis Wolf, 1h34'16'' -71° Alvance Circus, 1h35'18'' -91° Jean-Pierre Namouric, 1h37'26''. -119° Roland Cézanne-Bert, 1h40'10''. -120° Michel Bourgeay, 1h40'11''. -132° Robert Méziane, 1h40'44''. -168° Iwan Rusli, 1h44'09''. -171° Bernard Garcia, 1h44'38''. -183° Serge Chancelade, 1h45'41''. 206° Guy Rodriguez, 1h48'25''. -209° Noël Moissonnier, 1h49'04''. -216° Carole Béal, 1h49'48''. -287° Christian Mercier, 2h01'29''. -288° Lucien Plané, 2h01'58''. -289° Roland Panetta, 2h01'58''.

Classement de notre Challenge. En attendant le week-end à Bandol, il est le suivant -1^{er} : Alvance Circus (VH1) (Chassieu *, Montanay 78, Ozon 87) 165 points -2^{ème} : Camille Heidet (VH1) (Cha. 80, Mont. *, Oz. 84) 164 pts -3°: Denis Wolf (SH) (Cha. *, Mont. 80, Oz. 76) 156 pts -4°: J-Pierre Namouric (VH1) (Cha. 56, Mont. *, Oz. 80) 136 pts -5°: Robert Méziane (VH1) (Cha. *, Mont. 66, Oz. 69) 135 pts -6°: Ghislaine Lagrange (VF1) (Cha. 66, Mont. *, Oz. 61) 127 pts -7°: Guy Rodriguez (VH2) (Cha. *, Mont. 65, Oz. 61) 126 pts -8° ex.: Carole Béal (SF) (Cha. *, Mont. 45, Oz. 69) 114 pts et Noël Moissonnier (VH2) (Cha. *, Mont. 56, Oz. 58) 114 pts -10°: Michel Bourgeay (VH1) (Cha. *, Mont. 34, Oz. 73) 107 pts -11°: Serge Chancelade (VH1) (Cha. 42, Mont. *, Oz. 55) 97 pts -12°: Iwan Rusli (Cha. 34, Mont. *, Oz. 60) 94 pts -13°: Roland Cézanne-Bert (VH3) (Cha. *, Mont. *, Oz. 84) 84 pts -14°: Michel Butin (VH3) (Cha. 47, Mont. *, Oz. 35) 82 pts -15°: Christian Mercier (VH1) (Cha. *, Mont. 37, Oz. 31) 68 pts -16°: Christian Hammada (VH1) (Cha. *, Mont. 66, Oz. *) 66 pts -17°: Roland Panetta (VH2) (Cha. 27, Mont. *,

Oz. 37) 64 pts – 18°: Bernard Garcia (VH1) (Cha. *, Mont. *, Oz. 59) 59 pts –19°: Monique Bourgeay (VF1) (Cha. *, Mont. 57, Oz. *) 57 pts –20°: Guy Champetier (VH2) (Cha. 18, Mont. *, Oz. 36) 54 pts – 21°: Richard Déal (VH1) (Cha. *, Mont. , Oz. 50) 50 pts –22°: Lucien Plané (VH2) (Cha., Mont. *, Oz. 37) 37 pts –23°: Michel Seveyrat (VH3) (Cha. 33, Mont. *, Oz. *) 33 pts –24°: Dominique Maillet (VH1) (Cha. *, Mont. 25, Oz. *) 25 pts – 25°: Simone Morel (VF2) (Cha. *, Mont. *, Oz. 24) 24pts.

Les Foulées Villeurbannaises (12/03/06) .- Michel-de-la-Palette en pleine déconfiture, Christian Hammada malade... les fidèles de la joyeuse manif du Carrouf de Villeurbanne ont donc brillé par leur absence en cet An de grâce 2006, d'autant que le club avait (comme indiqué ci-dessus) invité ses ouailles à Saint Sym. Seul, Michel, le plumitif craintif... des chemins qui montent, qui montent... y promena sa langueur et sa torpeur, terminant les 10km en 58mn 54s (415 sur 424). A noter : la présence de Virginie Murat (à l'Asvel désormais) 314° en 46mn 14s, la victoire de Dieudonné Gahungu en 31mn 14s et... l'abandon, au bout de 3km, de Pasteur Nyabenda.

Trial des Cabornis dans les Mts d'Or (19/03/06) .- Certes, il nous a abandonnés pour se consacrer, principalement, aux trials et aux courses au long cours... mais, on ne l'a pas oublié. C'est donc avec plaisir que l'on a appris que le grand Alain Fays –à ne pas confondre avec ce gringalet d'Alain Fayet- avait, en ce début d'année frisquet, participé, avec succès, au Trial des Cabornis, dans les Monts d'Or... S'étant aligné sur le 35km, il a terminé 40° (sur 166 arrivants) en 3h 33mn 20s... Lorsque l'on connaît le parcours, on ne peut que dire Bravo Toto.

10Km de Parilly : Lucien Plané témoigne.- *« Ce dimanche matin 26 mars, 524 bipèdes s'étaient donnés rendez-vous, sous un soleil printanier pour ce qui fut une cavalcade effrénée dans un Parc qui s'éveille. Pour ma part, j'ai bouclé le tout en 48 minutes et 1 seconde (48'01)... Ben oui, cette petite seconde de trop me fait terminer 335 sur... 453 arrivants !... Donc pas mal de gambettes qui ont lâchement abandonné, avant la fin de ces 10 000 mètres bucoliques, les têtes enthousiastes qui les avaient inscrites ».* Denis Wolf et Jean-Pierre Namouric étaient également de la partie.

Ronde Vaudaise (02/04/06) .- Je tiens à le redire, c'est une manif très sympa et tranquille qui mériterait un bien plus grand succès... L'organisation est 'top' et le circuit plaisant. Cette année, nous étions 3 du Jocel, sans oublier notre ami Ali Lahimar. Sur 10km, Richard Déal se classa 67° (sur 124) en 44mn 52s. Sur 21km, Christian Hammada termina en 1h 40mn 05s (173° sur 251) et moi, Seveyrat-de-cave, en 2h 09mn 04s... et avant-dernier !. Ali, lui, nous enrhumait sans pitié : 138° en 1h 34mn 47s.

A Bron : «La Vivicitta» (09/04/06) .- Proposés dans l'enceinte du Centre du Vinatier, les 12kms de la Vivicitta-Bron se caractérisent, chaque année, par la gentillesse des organisateurs et le très agréable bain de chlorophylle dans lequel les participants se plongent. Pour cette édition 2006, deux Jocéliens seulement étaient au rendez-vous : Christian Hammada 48mn 51s (46° sur 197) et Iwan Rusli 51mn 13s (69°) ; le vainqueur Laurent Carpentier ayant bouclé le parcours en 37mn 27s.

Semi-marathon d'Annecy : « Heureux comme le grand cerge »

Mon bon, mon beau Serge, mon doux Sergio, en ce dimanche 23 avril tu as fait... bande à part... Nous en fûmes... tous très chagrin. Faut comprendre : alors que l'on galopait entre Rhône et Saône, toi tu te consumais, loin des membres... du club, sur les bords du Lac... patatrac ! rien à voir avec patatric !... Mais, sois rassuré, on ne t'a pas pris en grippe... aviaire ou pas... C'est un cygne, ma poule... Tu restes notre grand cerge. Cela dit, se sortir d'une introduction aussi tire-bouchon... sans tomber dans le cochon !... C'est pas facile... J'ai fait au mieux... Maintenant, c'est à toi : 'dis nous ta chanson'.

« Je termine ces 21 bornes en 1h 47mn 28s, à la 627° place. J'en laisse exactement 1011 derrière moi... Correct, non ? En fait, je suis parti trop vite... Au 15^{ième} km, je passe en 1h 13mn. Ensuite, le trou... le passage à vide... Sans oublier la chaleur, le vent de face, et puis et surtout, une alimentation insuffisante... Le départ à 14h m'avait, c'est vrai, pas mal contrarié. A part ça, l'ambiance était exceptionnelle ».

Et oui, il est comme cela le grand Serge Chancelade : toujours heureux, toujours joyeux, toujours chaleureux. Allez, 'on t'envieut'... un pneu... mon cerge. Tu pigeras, toutefois, qu'on ne te la tienne pas... la chandelle.



XI^o Foulées San-Priotes

Les lauriers de la ténacité

Qu'importe la sueur, pourvu qu'on ait l'ivresse... Pas du tout douché par l'in vraisemblable coup de froid essuyé en 2005, nous avons donc tous –du plus mince au plus gras- remonté nos manches pour que nos « Foulées » bien aimées offrent le visage conquérant d'une grande manif pour sportifs.

Pari réussi, les efforts consentis ont trouvé une large récompense car c'est un véritable succès que cette édition 2006 a remporté. Et l'on doit avant tout se féliciter du nombre des inscrits : 725 sur les 10 et 21km. Ce qui permit à 686 'costauds' (dont Hacine Chérifi, ex champion du monde de boxe) de franchir la ligne d'arrivée... 686 dont 574 hommes et... 112 femmes, chiffre qui constitue, vraisemblablement, un record pour nos Foulées.

En 2005, la neige et le froid avaient découragé un grand nombre et l'on pouvait redouter les retombées de ce désengagement. Il n'en fut rien ... car les multiples distributions de prospectus annonçant, dès le mois d'octobre, cette édition 2006, portèrent leurs fruits ainsi, bien sûr, que les mails expédiés aux kilos ainsi, aussi, que les courriers adressés aux habitués et aux clubs de la région Rhône-Alpes.

Qu'importe la sueur... cette 11^{ème} édition fut un excellent cru. Mais oui, les Foulées ont acquis de la bouteille, gage de réussite, à condition, bien sûr, que «cent fois sur le métier, nous remettons notre ouvrage». Dit sans flatterie, nous avons, sans nul doute, proposé en ce début d'année la meilleure de nos organisations. «Il ne faut jamais s'endormir sur ses lauriers» ne cesse d'affirmer Roland, notre 'non-indolent' président avant, à tout instant, de nous cirer les baskets. C'est sa technique et, ma foi, elle a du beau, du bon, du...bonnet.

Sur le plan purement sportif, aucun record ne fut battu. A noter que Kaïs Bouziane, le vainqueur du 21km hommes, remporta brillamment... le 23 avril, le Marathon de Lyon.

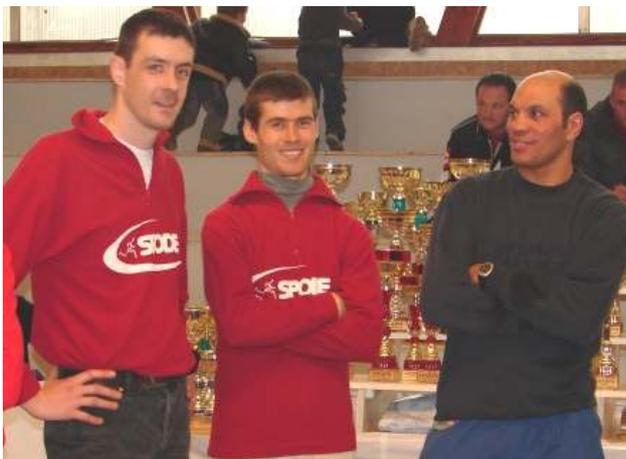
Pour terminer, signalons que le succès de cette manifestation et les prix attractifs distribués n'auraient pu l'être sans la participation de nombreux sponsors que, Roland en tête, nous tenons



tous à remercier : Spode, Adidas, Crédit Mutuel, Garage Laval, Ets Leclerc, Perrier, PBNET Informatique, Tarvel, Coiro, Le Progrès, Sud Est Topographie, Deal, Le Central, Quick Flock, APPIA, sans oublier la ville de Saint-Priest et son maire Martine David et ses élus tous très réceptifs à la vie associative...

Un gros Merci, aussi, à nos deux musiciens qui, pour notre plaisir, et avec le sourire, firent des 'heures sup'.

*Tiens, pour ceux qui aiment les chiffres, à l'occasion de ces XI^e Foulées nous avons notamment commandé : --200 bouteilles d'eau plate --50 bouteilles d'eau gazeuse --50 litres de jus de pomme --50 litres de jus d'orange --20 litres de jus de pamplemousse... --25 paquets de pain d'épices --300 tranches de jambon... --25 kilos d'oranges --20 kilos de bananes --20 kilos de pommes... Et, pour ceux qui s'en lavent les mains... nous avons 40 rouleaux de Sopalin.



* * * * *

Gloria Panetta... le JOCEL est devenu label

Dur, dur... notre Président pense... les mains sur la panse ?. Oh nenni, et vous l'avez compris, le p'tit Roland rêve... les yeux émerveillés... Etre récompensé, il n'était pas habitué, le bébé.

Mais oui, c'est la vérité... en ce début d'année, lors. de sa soirée de remise de trophées aux sportifs, l'Office Municipal des Sports de Saint-Priest a tenu à honorer les clubs les plus méritants. Ainsi, aux côtés notamment de la Cible San-priote (tir), du Club Sportif de Loisirs (gymnastique), notre Club a été félicité pour l'organisation des «Foulées label Jocel».



En résumé : 'Vous, vous ramez... et Roland reçoit les trophées'. Cela dit, heureusement que t'es là... mon Président. Sois en remercié.

Pik et pik ... hé, collègue rame !

Pensée du philosophe chinois Chang Ying Yue

**Celui qui, tout au long de la journée,
Est actif comme une abeille,
Est fort comme un taureau,
Est travailleur comme un cheval,
Et qui, le soir venu... est crevé comme un chien,
Devrait consulter un vétérinaire.**

Il est fort probable que ce soit un âne !

- - - La vie du club - - -

Lucas, le fils d'Iwan, montera à Paris défendre "l'accès pour tous à la Culture"

Nous nous étions fait un devoir de l'annoncer dans notre précédent numéro de Jogginfo... Lucas, le garçon de notre grand pote Iwan Bruce Lee Rusli, est bien parti pour nous épater.

Elève studieux et reconnu comme tel, il vient, de façon indiscutable, de montrer qu'il était également aimé. C'est, en effet, sans contestation, qu'il a, en ce début d'année, été élu 'député junior' de la 13^{ème} circonscription du Rhône... charge à lui, notamment, de défendre une proposition de loi tendant à « permettre à tous les écoliers un accès à la Culture ».

Le 10 juin prochain, il sera à l'Assemblée Nationale à Paris. Voici, ci-dessous, l'article du Progrès qui annonce cet évènement.

L'école Herriot défend l'accès de la culture à tous les écoliers

Lucas Rusli a été élu « député junior » de la 13^e circonscription. Elève à l'école primaire Herriot, il est, avec ses camarades, à l'origine d'une proposition de loi

Le Parlement des enfants réunit chaque année, depuis 1994, 577 enfants élus par leurs camarades de classe pour représenter l'ensemble des circonscriptions législatives de métropole et d'outre-mer. Cette manifestation se déroule au Palais Bourbon. Cette année, les deux classes de CM1-CM2 de Michèle Pibouleu et Muriel Raymond de l'école primaire Edouard-Herriot ont été choisies par l'Inspection académique pour désigner un « député junior » pour représenter la 13^e circonscription du Rhône au

Parlement des enfants qui se tiendra le samedi 10 juin à l'Assemblée Nationale.

Le 12 mai à Paris

A l'issue d'une campagne électorale animée, Lucas Rusli a été élu par ses pairs, avec comme suppléante Nesrine Jeridi. Lundi dernier, Lucas et ses petits camarades ont reçu la visite de la députée-maire de la circonscription Martine David qui leur a expliqué, avec un plaisir non dissimulé, son rôle et ses fonctions dans l'hémicycle ainsi que la procédure législative. Elle s'est

prêtée volontiers, avec le jeune auditoire, à un jeu de questions-réponses animé par Radio Pluriel.

Les questions furent parfois cocasses, mais le plus souvent très pertinentes à la grande satisfaction de Martine David « impressionnée par la qualité du travail effectué par les élèves et leurs enseignants ». Les deux classes viennent d'ailleurs de rédiger une proposition de loi visant à permettre à tous les écoliers un accès à la culture.

Elle fera peut-être partie de la sélection des dix propositions de loi qui seront retenues,

début mai, par un jury national pour y être discutées par les élèves des 577 classes participantes.

Chaque classe choisira alors la proposition de loi qui aura eu sa préférence et Lucas sera chargé de la défendre devant ses « collègues » le jour du 13^e parlement des enfants. En attendant le verdict final où le projet de l'école primaire Edouard-Herriot pourrait devenir une loi de la République, l'occasion sera offerte, le 12 mai, aux jeunes San-Priots de se déplacer à Paris pour visiter le Palais Bourbon.



Les élèves de l'école primaire Edouard-Herriot veulent défendre l'accès de la culture à tous les écoliers

/ Photo Larbi Djacoub



Le « député junior » de la 13^e circonscription, Lucas Rusli, et sa suppléante Nesrine Jeridi étaient ravis de rencontrer Martine David

/ Photo Larbi Djacoub

Notre pote Heidet a changé de sex.

« Si c'est vrai, c'est dans l'Progrès ». Au début des années 90, ce slogan était très, très en vogue... au Progrès.

Depuis, les années ont passé... le slogan est resté et, avec lui, l'idée véhiculée.

Donc, si l'on lit avec attention le classement du '10km femmes' du 12^{ème} Printemps d'Ozon, force est faite d'en déduire que notre pote Heidet a changé de sex.

Eh... lorsqu'on vous le disait... qu'il a un charme fou... le Camille.

: Mercier, vent de face
inées par un vent épuisant pour les 576 concurrents
Eric Mercier a fait la différence dans le semi-marathon

s pu tenir », conclut-
otto, ça ne veut rien
s ces conditions »,
la première femme.
est chez les coureurs
qui inaugureront cette
nouveau parcours.
nellement, les orga-
prévoient un 12 km :
année, nous nous
positionnés sur une
que les gens connais-
sent, avec des temps de réfé-
rence ». Une distance qui a
sourit à Benoît Ligier : il s'est
classé deuxième le jour de ses
19 ans.

N.L.

LES PRINCIPAUX RÉSULTATS
> 10 km hommes.- 1. Christian
Cazorla 35'36", 2. Benoît Ligier
36'02", 3. Nicolas Sénéchal
36'23".

> 10 km femmes.- 1. Camille
Heidet 40'04", 2. Cécile
Brechet 44'16", 3. Laurence
Stachowicz 45'58".

> 21 km hommes.- 1. Eric
Mercier 1h4'57", 2. Eric Bancel
1h5'45", 3. Patrick Guello
1h5'20".

> 21 km femmes.- 1. Sandrine
Eglme, 2. Françoise Malitch, 3.
Catherine Noulette

31 LE PROGRES

- - - Et Carole s'est envoyée en l'air - - -

De Carole je connaissais les guiboles frivoles... ainsi que les talons de ses baskets... pour avoir si souvent, mais en vain, essayé de lui filer le train... Cela dit, depuis quelques jours, tas de Branquignols, Carole a perdu son auréole... Elle s'est laissée caresser par Eole... sous une corolle!. Fini de rêver, si cette fille a du talent, elle a également un sacré cran... Hé, ne vous déplaie, tous ses sens aiguisés, notre copine d'Yssingeaux a 'sauté'... le pas !... La divine coquine, par six fois... a sauté... en parachute... et en solo.

« Et oui, le marathon ne m'ayant pas rassasiée en sensations fortes, je me suis lancée dans un autre challenge... En juillet 2005, j'avais eu la chance de faire un saut-tandem en parachute sur la Drop Zone de Corbas. Le taux d'adrénaline ayant été tel que, durant les mois qui suivirent, l'idée de re-sauter s'imposa à moi. C'est ainsi que je me suis inscrite en stage PAC (Progression Accompagnée en Chute) en ce début mai. Une journée de théorie pendant laquelle on découvre le matériel... et la PDS (Procédure De Secours : ça peut servir). Ensuite, le 2^{ème} jour, on passe le pas... et là, c'est adrénaline à 200%. On monte dans l'avion (un Pilatus pour les connaisseurs), le cœur se met à battre la chamade, la bouche devient sèche et les mains moites... A 4 000 mètres la porte s'ouvre, les autres parachutistes disparaissent sous l'avion... et, notre moniteur ayant beau être là, on sent comme un grand moment de solitude ».

« Sur mon 1^{er} saut, j'ai bien cru que j'allais faire... marche arrière !. C'est bizarre ce sentiment contradictoire : avoir les pétoches un max... et vouloir y aller... Au bout du compte, sans réfléchir... je me suis lancée : 1 petite minute de chute libre pendant laquelle plus rien ne compte. On se prend pour un oiseau !. On est, comme qui dirait, au milieu des éléphants roses !. Une descente à environ 200 km/h et, à 1500 mètres, on déclenche l'ouverture... Là, tout d'un coup, c'est le calme après la tempête... Etre sous voile, c'est aussi très agréable... On a le temps de profiter du paysage... de se faire plaisir avec quelques petits virages, l'adrénaline redescend lentement... et l'on arrive sur le plancher des vaches... FRISSON garanti... Dommage que la chute libre ne dure qu'une minute... C'est génial... C'est trop top ».

- - - Florence... qui l'eut cru,.. elle chante la Pop et le Rock - - -

Chaleureuse et riieuse, Florence, recrue... imprévue de ce mois de mars, a de la voix... pour se faire entendre, bien sûr... mais aussi pour monter la gamme... Madame est mélomane... Plus précisément, elle est choriste dans un groupe de Pop-Rock. C'est donc notre toute première 'Méga-Star' !... Confiance... voici ce qu'elle m'a glissé, non pas sur l'oreiller, mais par ordinateur interposé.

« Depuis janvier 2006, avec une amie, j'ai intégré '26th SMITH', un groupe de musique POP-ROCK 70-80. Nous avons deux guitaristes, un bassiste, un batteur, un chanteur au clavier et donc deux choristes...

C'est vrai, ça donne la "pêche"...surtout quand on a des concerts en vue. Nous nous sommes déjà produits à Saint-Bel début mars, et, pour l'heure, avons trois concerts en prévision : le 2 Juin à Lyon (salle de 500 pers) ; le 21 juin à la Croix Rousse, pour la fête de la musique, et le 23 juin à Villefranche ».

« Le chanteur fait beaucoup de compo...pour moi, c'est un régal d'évoluer au milieu de tous ces passionnés de musique. Nous partageons des émotions, des parties de nous... Le chant est un domaine où il n'y a pas de limite, comme la course à pied... Le chant et la course à pied, sont deux mondes aux antipodes, mais ils me font avancer dans la vie ».

Yéyé les Copains, ça serait bien, si on allait y taper dans nos mains...

