

J O G G' I N F O

2009-----N° 3



*Deux temps, très forts, de ce premier semestre 2009 :
l'arrivée de la Gudefin family, au Marathon de Paris
et Miguel-de-la-Palette... animateur vedette au Sofitel*

Le magazine du JOCEL



Foulées San - Priotes 2009 *Le Jocel au Sofitel* *Pour fêter la barre des 1000*

*« Y'a d'la joie... bonjour, bonjour c'est le Jocel »,
 « Y'a d'la joie... dans le ciel et par dessus les toits »,
 « Y'a d'la joie... et du soleil au Sofitel »,
 « Y'a d'la joie... grâce aux Nicolas ».*

Une nouvelle fois, avec la complicité de son cher Franck, directeur de la Restauration au Sofitel de Lyon, Miguel-de-la-Palette, alias le Père Nicolas, a pu offrir une soirée de bonheur aux Joceliennes et Joceliens soucieux de marquer dignement les plus de 1000 inscrits aux Foulées San-Priotes... et remercier, tout particulièrement, les membres de la Commission des Foulées ainsi que nos sponsors de toujours, d'une part pour leur travail, d'autre part pour leur présence.

Ainsi le vendredi 19 juin, de 21h à... 1h30 du mat (pour les sages), nous avons pu, du haut des Trois Dômes, le royal restaurant du Sofitel qui culmine au dernier étage de celui-ci... nous avons pu dominer les toits de Lyon... amuse-bouche et champagne à la main.

Tout comme les 15 ans de notre très cher club, le pari gagné des 1000 engagés à nos tout autant très chères Foulées San-Priotes méritait parfaitement une telle soirée qui, cerise sur le gâteau... et les pièces montées de Chris Hammada, profita de la présence active de Jacky Kirsten, chanteur de dimension internationale qui fit notamment les beaux jours de l'Orchestre Taïb Trompette

Comme le proclama un pignolo de votre connaissance : «aux Foulées SP, l'Emile on aime bien», d'autant qu'il fallut attendre 5 ans avant de pouvoir fêter ce bougre de pari... pris en 2004 avec Philippe Trainard, le boss de l'OMS Saint-Priest et David Néry son adjoint... Alors, au Jocel, lorsqu'on aime bien, on se cale la bedaine et on s'arrose la glotte.

Monsieur Loyal de la soirée, Sir Miguel se la fit très sage, se contentant de 'donner' le programme et la parole aux intervenants. Le premier de ceux-ci fut Serge Bally, le grand coordinateur des Foulées qui se fit un devoir de rappeler les circonstances de la naissance de notre bébé préféré soulignant la ténacité du papa, notre ami Dominique Maillet (excusé pour

cause de travail). Serge fit ensuite un rapide historique évoquant les joies insensées et les galères comme l'édition 2005 qui se déroula sous la neige.

Le deuxième 'tchatteur' de la soirée, mais pas du tout le moins prolix, fut Roland notre cher président qui, ce ne fut pas une surprise, remercia Jésus, Marie, le Saint-Esprit, tous les croyants de la terre et les athées... les Joceliennes, les Joceliens... les travailleurs de la terre et ceux des usines... les bois-sans-soif de la terre et les chameaux... n'oubliant pas de lever, au passage, quatre ou cinq fois son verre à la santé des ci-devants... Puis, enfin sérieux, et s'excusant d'avoir "la tourne qui tête", il se fit le plus pressant des plaisirs de louer, à juste titre mes amis, les sponsors qui, depuis des années, nous accompagnent notamment François Ruffin du Crédit Mutuel, Sandro de Quick Flock, Thierry Laurent du restaurant le Central. Le premier évoquant en quelques mots 'la formidable place prise par le Jocel dans la vie associative san-priote', le troisième soulignant 'l'esprit exceptionnel d'un club qui renvoie l'ascenseur chaque fois qu'il le peut'.

Des applaudissements nourris suivirent bien entendu ces deux interventions, mais lorsque le Roland voulut ré-emboucher son cor, Sir Miguel vola à notre secours en lui coupant le son pour, bien entendu, se l'approprier (le son)...et faire place à la musique... ce qui l'amena à nous présenter ses potes : le chef d'orchestre Nino Mancini, Bernard et Maxime ses accordéoniste et chanteur ainsi, bien entendu, que Jacky Kirsten...Jacky qui, après nous avoir confirmé qu'il serait bien présent le 7 novembre pour le repas annel du Jocel, s'empara avec maestria du micro pour nous proposer une partie de son répertoire.

Mais, pour ma part, et sans traîner (comme dirait Charles), je me mis à fredonner :

*« Tous les jours, not' cœur bat, chavire et chancelle »,
« C'est la fête qui vient avec je ne sais quoi »,
« C'est la fête... bonjour, bonjour, viv' le Jocel »,
« Y'a d'la joie, pour nous y'a d'la joie ».*

Dès lors, seule la faim pouvait me tirer d'un tel bonheur partagé... d'autant que depuis de longues minutes les pièces montées de Christian Hammada étaient exposées sous nos yeux exorbités.

C'est ainsi, juste fin, que la polka des cueillères et fourchettes prit le dessus après une nouvelle valse de compliments.

Quant à moi, fêtard sur le tard, je me dois de m'excuser pour tous mes pieds de nez, à l'humour souvent pernicieux et au parfum parfois discutable... Que Miguel, Roland et Serge acceptent ce mea culpa... Que Franck et tous nos sponsors reçoivent nos remerciements les plus sincères.

Sans eux, mes neveux... on serait bien peu de chose... A tous 1 000 MERCI.

M. S.



Au pays des Sept Laux

A bout de souffle...

Vendredi 14 août - Le réveil sonne ! Il est cinq heures... Sortant des bras de Morphée, j'émerge lentement en me disant « Mimi, aujourd'hui, ça va être ta fête ! ». Prévoyant une journée difficile, je compose mon sac à dos en ne prévoyant que l'essentiel avec toutefois quelques éléments de survie : trinquette de pinard et thermos pour le café.



*Christian photographiant un bouquetin
près du sommet de la Tournette*

Déjà mardi, nous avons fait une randonnée costaute avec deux copains du JOCEL. Mais dans notre groupe hétéroclite composé de sept personnes (5 hommes + 2 femmes), il y en avait fort heureusement quatre qui grimpaient moins bien que moi. Etant contraint à marcher en-dessous de mon rythme habituel, j'ai terminé la balade dans un état de fraîcheur inespéré malgré les difficultés techniques et les 1580 m de dénivelé positif qu'affiche le circuit de la Tournette (*) au départ de Montmin. Dopé par mon état de forme et surtout dupé par les bonnes sensations ressenties, j'ai proposé imprudemment à Christian et à Noël de remettre le couvert dès vendredi en suggérant soit la Croix de Belledonne (1600 m), soit les lacs des Sept Laux à partir de Fond de France. Finalement, avec le début de la canicule, c'est la seconde proposition qui l'a emporté. Sachant que le dénivelé serait moindre, j'étais un peu soulagé. Mais, c'était sans compter sur les divagations de Christian. Il y a des types qui sautent sur tout ce qui bouge. Lui, grimpe sur tout ce qui ne bouge pas (rochers, moraines, verrous, etc...). Au final, la randonnée s'est avérée un vrai parcours du combattant pour l'ancien combattant du JOCEL que je suis.

Voici le récit de cette journée particulière :

7 heures 55 - Dès notre départ du parking (1087 m) de Fond de France, nous croisons un panneau annonçant le lac Noir (2090 m) à 3 heures 30 de marche. **1003** n'est pas le nombre de conquêtes du catalogue de Don Juan comme le fait chanter Mozart dans l'opéra éponyme mais le dénivelé positif à gravir pour atteindre (ou conquérir) le premier lac de la longue série.

Nous commençons à grimper d'un pas alerte en réduisant au minimum nos conversations. Le rythme est soutenu mais jusque là tout va bien pour moi. La seconde moitié de la montée devient encore plus raide. Le souffle devient court et je commence à avoir des difficultés à suivre mes deux lascars. Sachant que la journée serait longue, je décide de monter à bloc mais sans me mettre dans le rouge. Les derniers lacets sont difficiles. Je parviens au lac Noir en ayant bien limité les dégâts, Noël étant arrivé seulement depuis une trentaine de secondes et Christian depuis environ une minute et demie. Il était temps, 100 m de dénivelé de plus et j'explosais. Mais au fait, quelle heure est-il ?... 9 heures 30 !!! Quoi ? Nous n'avons mis qu'une heure et trente cinq minutes seulement ! Cela commence vraiment très fort...

La traversée du vallon composée de petites montées et de petites descentes est plus tranquille. Nous longeons successivement le lac Carré, le lac de la Motte, le lac Cottepens, le lac du Cos pour atteindre le col des Sept Laux. Puis, nous redescendons de l'autre côté pour découvrir le lac Jeplan, le lac de la Corne et enfin le lac de la Sagne. C'est alors que Christian commence à rajouter : « On pourrait descendre un peu plus bas pour voir la vallée côté Rivier d'Allemond ». On descend mais manque de chance, on ne voit pas encore la vallée. Il faut descendre encore un peu plus bas. Enfin, nous remontons aux lacs pour faire un pique-nique bien mérité.

Nous ne prenons pas le temps de faire la sieste malgré le terrain propice et nous voilà déjà repartis. On monte, on redescend, on remonte pour atteindre le magnifique lac Agnelin situé à 2322 m. Enfin on reprend le chemin du retour. Mais peu avant le lac de Cottepens, Christian nous incite à gravir hors

piste une moraine pour atteindre le lac Blanc. Mes premières difficultés commencent car j'ai du mal à suivre mes deux comparses plus agiles qui sautent allègrement de blocs de rocher en blocs de rocher comme des bouquetins. Du lac Blanc, nous redescendons sur le lac de la Motte, en rencontrant un autre petit lac niché au milieu de la moraine. Puis, nous prenons un bain rafraîchissant dans le lac de la Motte avant d'attaquer la grande descente sur Fond de France par un itinéraire différent de celui de la montée. Il était temps, ça commençait à chauffer sérieusement sous ma casquette.

Avec cette descente raide, arrivent mes grosses difficultés. Dès les premiers lacets, Christian disparaît complètement de mon champ de vision. Quant à Noël, je n'arrive pas à le suivre. Dès que le sentier devient moins raide et moins caillouteux, je cours pour essayer en vain de revenir sur lui. Je réalise que c'est la première fois de ma vie que je suis aussi essoufflé à la descente qu'à la montée. Gagné par la solitude du coureur de fond, je commence à pester intérieurement après mes deux compagnons : « En descendant aussi vite, je pourrais très bien me casser la gueule et me retrouver seul sans secours. Trente cinq ans d'amitié sans l'ombre d'un nuage avec mon pote Nono pour me retrouver largué comme une vieille chaussette ! Quel ingratitude... ».

Arrivé aux deux-tiers de la descente, je retrouve enfin les deux fusées qui m'attendaient. Je suis sans illusion sur leur condescendance car c'est moi qui possédait la carte IGN du parcours. A peine rejoint, nous entamons la dernière partie de la descente sur le même rythme. Me voilà très rapidement à nouveau largué jusqu'à une bifurcation située à cinq minutes du parking où nous effectuons un nouveau rassemblement. Fidèle à lui-même, Christian, toujours insatiable, insiste pour remonter à la cascade du Pissou. Nous voilà encore repartis pour une boucle supplémentaire sur un très beau sentier.

Lorsque nous empruntons la route ultime qui nous conduit au parking par une pente douce de 300 mètres, la fatigue me tombe subitement dessus et je réalise que je suis complètement « ratacuit ». Il est 18 heures 30 ! Un conseil : si vous randonnez un jour avec Christian, prévoyez la lampe frontale. Avec ce zigoto, on ne sait jamais à l'avance ce qui vous attend.

Bilan : 11 lacs – 9 heures de marche + 1 heure et demie pour le pique-nique et les diverses courtes petites pauses – 28 à 29 km - Un dénivelé positif très difficile à estimer (entre 1600 et 2000 m) – Une indigestion de moraines – Bref, on peut dire que l'on a bien ratissé le coin !

Deux heures plus tard, nous arrivons à Saint-Priest. Mais la journée n'est pas terminée car nous finissons la soirée avec nos épouses et compagnes autour d'un barbecue avec votre serviteur épuisé aux commandes. Complètement déshydraté par cette longue marche par une journée chaude et ensoleillée, je prouve enfin à mes deux compères qu'à défaut de descendre aussi vite qu'eux, j'étais capable d'avoir quand même une « bonne descente » (bière, apéritif, vin, etc.).

Le lendemain, j'entame de longues périodes d'endurance chaise longue et canapé en réfléchissant sur l'avenir. Cette méditation s'achève sur une sage résolution : désormais, j'irai jouer avec les gamins de mon âge !

Pardonnez-moi d'avoir été un peu long pour raconter nos aventures d'un jour. Du temps de sa splendeur, ma belle-mère était capable de faire une synthèse d'une demi-heure pour raconter un événement qui avait duré cinq minutes. Je crois que je marche un peu sur ses traces.

Je cherchais une référence cinématographique pour donner un titre à mon texte. « Voyage au bout de l'enfer » me paraissait un peu excessif et « Une journée particulière » un peu trop gentillet. « A bout de souffle » est parfait. Il correspond exactement à mon état pendant la majeure partie de la journée.

Mic de la Pirandole

(*) La Tournette (2352 m) est un sommet mythique situé au-dessus du lac d'Annecy. Depuis plusieurs années, nous devons réaliser ce grand classique avec Roland mais, votre président étant très sollicité de toutes parts, nous n'avons jamais pu concrétiser ce projet.





« montagne, Noël a toujours le geste qui sauve...
mon français /

Patrick Gudefin et le Marathon de Paris : «Non, je n'ai rien oublié»



*Patrick surpris dans la cohue
et le flou de l'avant départ*

« Cette foule grouillante qui, au départ, tanguet et se bouscule... c'est peut être cela mon plus fort souvenir du Marathon de Paris(*). Mais, je dois le souligner, des souvenirs, j'en ai des dizaines dans ma tête... comme le délire des 'spectateurs-supporteurs' des 200 derniers mètres... comme le fait de courir en famille, presque la main dans la main, de la première à la dernière foulée... Comme ces encouragements personnalisés grâce à l'impression de notre prénom sur notre dossard... ou ces tas de minots qui nous tapent dans les mains ... ou ces orchestres qui brusquement vous donnent la chair de poule sur un air de rasta... ou ces monuments exceptionnels qui vous apparaissent brusquement comme sortis d'un livre d'histoire... ou, dans un tout autre registre, ce moment d'anxiété que j'ai vécu, quelques minutes durant, vers le 20^{ème} kilomètres suite à une petite fantaisie de ma hanche droite... »

« Allez, trêve de discours, ce Marathon de Paris 2009 fut, pour moi, une montagne de bonheur. Je ne m'en cacherai pas, jusqu'alors je n'avais rien connu de tel... mais, que je le précise, c'était mon deuxième... après celui de Lyon. Or, chacun le sait, il y a des mondes que l'on ne peut comparer ».

« En fait, depuis 2008 , ce Marathon de Paris, 33^{ème} du nom, était devenu une affaire de famille pour Caroline, ma fille, pour Edouard, l'un de mes neveux, et pour votre serviteur... Patrick-le-Timide, seigneur de Saint-Priest et du Jocel. Par contre, et ce n'est pas un mensonge, c'est depuis que je me suis acoquiné avec vous, Joceliennes et Joceliens de tout cru, que m'était revenu de désir de boucler un deuxième marathon ».

« Quelques mois se sont écoulés depuis ma participation à cette somptueuse épreuve... mais comme le chantait si bien Edith Piaf : 'Non, je n'ai rien oublié' ».

« L'occasion faisant les larrons, c'est donc sur le Marathon de Paris que nous —Caro, Doudou et moi-- avons jeté notre dévolu. C'est ainsi que 12 mois durant je me suis entraîné, parfois avec le Jocel, parfois tout seul, parfois avec Caroline qui, de son côté chauffait ses baskets aussi souvent que ses études (un master "Développement économique et social" le lui permettait), mon neveu, par contre, ayant beaucoup plus de mal à trouver du temps pour trotter. Cela dit, début avril, j'étais persuadé de terminer ainsi que Caroline, ma seule incertitude étant pour Edouard qui, de surcroît, avait cru bien faire en effectuant un 30km à fond trois dimanches avant le Jour J et qui mit une semaine pour s'en remettre ».

« D'un commun accord, nous avons décidé de partir sur une moyenne tournant autour du 10 à l'heure. Au départ, nous nous sommes retrouvés au milieu des ballons à suivre pour terminer en 4h. Ne pouvant ni avancer, ni reculer, prisonniers, nous sommes restés ainsi près d'une demi heure, avant de nous décaler et nous faire rejoindre par les prétendants aux 4h30. A partir de là, ce fut génial... on s'entendait sur tout, sans même se parler. Il n'y eut que trois petites entorses à cet idyllique tableau : la première vers le 22^{ème} kilomètre lorsqu'on se fâcha afin que mon cher neveu s'arrête pour se soulager quelque peu ; la deuxième vers le 30^{ème} lorsque nous invitâmes Caroline, qui éclatait de santé, à tester sa forme... nous ayant pris 200m en un kilomètre elle eut des remords et rebroussa chemin sous les quolibets de certains spectateurs ; la troisième vers le 38^{ème} lorsque je fis un caprice pour m'arrêter au stand du



Marathon du Beaujolais et profiter d'un verre de Beaujolais Village gouleyant à souhait et des plus mérites... ».

« Par contre, c'est tous ensemble, comme trois pommes, que nous stoppâmes devant un stand où il était dit qu'on vous évacuait le stress par magnétisme et simple imposition des mains. Ne voulant pas mourir idiots nous offrîmes ainsi notre corps et nos muscles à des inconnus... qui, nous l'apprîmes plus tard faisaient partie d'une église bien connue ! Vouï, mais fallait-il le savoir... ».

« Et puis, il y eut les 200 derniers mètres... Sans se le dire, nous nous sommes placés côte à côte, oui sur la même ligne, Caroline au milieu, Edouard et moi une main sur ses épaules. Souriant comme des bienheureux, nous nous regardions, de temps en temps, pour être sûrs que l'on vivait le même rêve, que notre bonheur était plus solide qu'une pépite d'or... Et puis, à trente mètres de la ligne finale, moi, le grand dadaï aux 50 piges passées, j'ai levé les bras... De ma vie, ça ne m'était jamais arrivé. Alors, sans pudeur je le dis : Merci au Marathon de Paris de m'avoir fait vivre cet élan d'enfant... de petit garnement ».

« Mon seul regret, je vous en ai déjà fait part, dans le précédent numéro de Jogg'info, c'est qu'aucune TV n'ai croqué, avec l'une de ses caméras, la pancarte "Ici JOCEL Saint-Priest" que j'ai portée, au dessus de ma tête, de l'Arc-de-Triomphe à la Concorde ».

« Tiens un autre point dans le domaine des contrariétés... mais cela ne concerne pas directement le marathon. Une fois celui-ci terminé, une fois notre merveilleux trio changé de la tête au pied, nous avons voulu vider une bonne bière sur les Champs Elysées pour arroser notre victoire... mais oui, n'ayons pas peur des mots. Et bien, ce fut galère... aucun bistrot ne proposait une bière seule... Chaque fois, il fallait 'bruncher', c'est à dire prendre en même temps une assiette de charcuterie... et le prix, bien entendu, allait avec ».

« Qu'à cela ne tienne... de ce Marathon, mes amis... 'Non, je ne veux rien oublier' ».

Patrick Gudefin

(*) Cette 33^{ème} édition vit quelque 32 000 coureurs prendre le départ. Seuls 25 281 terminèrent. Le vainqueur fut Vincent Kipruto en 2h05'47'', Caroline, Patrick et Edouard terminant respectivement 20001^o, 20002^o et 20003^o en (temps officiel) 4h42'10'' ou (temps réel) 4h33'14''

* * * * *

En marge du Marathon de Paris : la rumeur des «lunes blanches»

C'était dans le numéro 2 de Jogg'Info de l'an passé... Bon petit camarade, je n'avais pu... ne pas vous faire part de mes regards attendris lorsque ceux-ci s'étaient délicatement posés sur les doux fessiers de deux concurrentes soucieuses de vider les écouilles peu avant le départ du marathon de Paris 2008.

Tourneboulé par cette vision il m'était très vite revenu en mémoire la rumeur qui circule dans la capitale au sujet de tas de lunes blanches matinales... non pas du côté de l'Arc de Triomphe, où la circulation est incessante, mais au pied de la Tour Eiffel et dans les végétations alentour.

Et bien mes gones des deux sexes, une rapide enquête m'a permis de le confirmer : il s'en passe de bien belles en ces lieux ... Vers les 6 heures du mat les photographes de mode et les coquins s'en donnent à cœur joie derrière leurs optiques... En témoigne ce sympathique sourire lové dans une noire fourrure.

M. S.



Par ici les sorties

Lyon Urban Trail : une nuit d'oufs et un pavé de bronze pour Christian



« En ce dimanche de Fête des Mères et d'élections européennes, nous n'étions que 4 Joceliens (orphelins de toute Joceliennne) à nous retrouver sur la place des Terreaux à Lyon afin de participer au Lyon Urban Trail 2009 qui, pour sa deuxième édition et de l'avis des organisateurs, offrait un parcours encore plus sélectif (doux euphémisme) que celui proposé précédemment. Tout simplement un truc de fous et d'oufs, tout à la fois. Gare à la galère ! ».

« Sur le 21km qui était devenu... un 22km700, nous étions trois : Roland, David et votre serviteur, moi-même ici présent : Lulu le Grand !. Restait donc, un super fou, un big ouf doublé d'un inconscient inscrit sur le 42km... J'ai nommé Christian la Mobylette... »

« En vérité, pour tous les sages et les contemplatifs, ce Lyon Urban Trail fut un régal, une véritable balade offrant de superbes points de vue à travers le dédale des pentes de la Croix-Rousse et de la Colline de Fourvière... ceci pour le 22km, un parcours qui, pour monter à 42km, s'était vu adjoindre une bucolique et très sympathique boucle débordant sur Ste Foy les Lyon et Caluire... Avec, en plat de résistance, la montée et la descente de quelque 4500 marches sur le 22 et de plus de 8000 sur le 42 ! ... Cela dit, nous avons bénéficié d'un temps super pour participer à ce genre de défi... et d'une organisation à la hauteur de l'événement ceci... jusque dans la mâchon d'arrivée».

« Pour l'anecdote, je précise que Christian (n° 222) qui réalisa ses 42 km en moins de 5h30 s'est vu décerner un diplôme avec le pavé de bronze... Bravo l'artiste... »

Résultats.- 42km.-- Christian Hammada, 5h20'48'' **22km700.**-- David Duplaix, 2h39'38'' (127° V1 sur 247) --Lucien Plané, 2h48'21' (8° V3 sur 23) -- Rol Panetta, 2h55'28'' (56° V2 sur 88).

----Trophée de la Meije 2009 : 1^{ère} place pour Nadine----

Très, très jeune V2f, Nadine, en cette occasion, nous remit le couvert... et en bien mieux après Villemoirieu...elle arracha la 1^{ère} place. Chapeau championne.

Résultats.- 8 km (dénivelé : 450m).—7°, Emmanuel Chaillou, 1h13'37'' (2° V1M) --12°, Roland Panetta, 1h22'32'' (5°V2M) -- 15°, Alice Chaillou, 1h24'11'' (5° SF) -- 19° Nadine Philip, 1h25'39'' (1° V2F)

23km (dénivelé : 960m) --27°, J-Pierre Namouric, 2h46'24'' (3° V2M) --40°, Thierry Piazza, 2h56'28'' (12° V1M)

30km (dénivelé : 1960m) --26°, Christian Mercier, 5h25'05''.



** -----Montromanaise : la toute, toute 1^{ière} place d'Iwan----- **

Résultats— 19km --24°, J-Pierre Namouric, V2M, 1h39'41'' --27°, Ali Lahimar, V2M, 1h42'49''... **10km** --10°, Iwan Rusli (1^{ier} V1M), 53'01'' (*lire en page 11*) --11°, Noël Moissonnier, V2M, 54'10''...

Tour du Lac d'Aiguebelette (14-06-09).-- Il y avait foule, cette année encore, pour gambader sur les 17km3 de cette manif et profiter du casse-croûte phénoménal d'après course. Une foule composée de près de 1300 personnes dont 4 Joceliens... **Résultats :** --1^{ier}, Nabil Bouchalagem, 55'48''... --22°, Kamo Bouinoual, 1h03'34'' --463°, Iwan Rusli, 1h22'34'' --467°, Ali Lahimar, 1h22'47'' --495°, Noël Moissonnier, 1h23'25... sur 1275 classés.

Course nature au Pays de l'Arbresle (21-06-09).—**14km** -- 72°, Robert Meziane, 1h18'06'' **32km.**—6°, Kamo Bouinoual, 2h31'59''

La Saint-Albanaise (21-06-09). A Saint Alban, en Nord-Isère, on a le sens de l'hospitalité. Cela vient, une nouvelle fois, d'être confirmé. Chaleur de l'accueil, sollicitude de tous les instants, folle ambiance au casse-croûte d'après course... et tout, et tout. En ce mois de juin 2009, six représentants du club avaient tenu à en profiter. **Résultats – 10km** –25°, Iwan Rusli, 51'05''... - **15km** –30°, Chris Hammada, 1h08'38'' –39°, J-Pierre Namouric, 1h10'11'' –44°, Thierry Piazza, 1h10'56'' –65°, Noël Moissonnier, 1h16'16'' –87°, Marie-Claude Barbier, 1h28'00''...

Les 10km de Corbas Running (28-06-09). Noël, "qui en a déjà vu", est rentré enchanté de ce 10 km : « Corbas... c'est la porte à côté. Alors, pourquoi ne pas en profiter ? Et puis, c'est à souligner, pour cette première édition, ce fut une très belle course... conviviale, appréciée de tous. Trop même puisque, pris de court les organisateurs durent limiter à 400 les inscriptions qui furent pratiquement closes le samedi soir. Marée jaune d'Ozon Courir avec une quarantaine de participants et... 2 Joceliens... Iwan et moi-même. Parcours mi-route, mi-chemins avec 2 côtes à avaler puis mâchon à l'arrivée avec un plateau bière, charcuterie, fromage et fruits. Parfait, parfait... Iwan termine 139^{ème} en 47mn39s et moi 142^{ème} en 47mn44s ».

Irigny, course des 2 forts (03-07-09) : le bonheur d'Alvance. Il était venu en voisin, « trop heureux de revoir mes potes du Jocel, un club dont je fais toujours partie et que je n'oublierai jamais ». Mais oui, en ce tout début juillet, ce fut une fort agréable surprise pour tous les Joceliens présents à Irigny : Alvance Circus, notre coach historique était de la fête. De surcroît, il était en pleine forme, s'étant entraîné comme un fou pour montrer qu'il était toujours le meilleur... Ce qu'il fit avec un plaisir immense, en dépit du parcours pas facile du tout. **Résultats –11km750** –81°, Alvance Cicus, 53'06'' – 86°, Ali Lahimar, 53'25'' –120° ; J-Pierre Namouric, 55'56''-- 170° ; Noël Moissonnier, 59'00'' – 184°, Christian Mercier, 1h00'15'' – 209°, Lucien Plané, 1h01'50'' – 210°, Emmanuel Chaillou, 1h01'52'' – 216°, Robert Meziane, 1h02'42'' – 274°, Domi Mailliet, 1h06'34'' – 315°, Alice Chaillou, 1h12'55'' – 326°, Anne Vaz, 1h14'30''...

Anse, de la cave aux vignes (05-07-09) : Iwan tout, tout seul. Annulée l'an passé pour cause de trombes d'eau et de risques de glissements de terrain, cette bien sympathique manif a, conséquence inévitable, souffert, ce mois de juillet, de nombreuses absences. En ce qui concerne le Jocel, il était loin l'engouement de 2007, car on ne comptait qu'une seule et unique présence contre une vingtaine il y a deux ans. Iwan, c'était lui le vaillant, fit de son mieux et se classa 85°, avalant les 13km500 plus que tourmentés, en 1h13'12'' Denis Badel l'ayant emporté en 50'59''.

U T Mont-Blanc (28 et 29-08-09) : A. Fays chez les fondus. Après avoir porté une bonne dizaine d'années les couleurs du Jocel, notre ami Alain Fays nous a abandonnés(sans nous oublier) pour rejoindre la clique des 'fondus'... ces mecs et ces filles qui ne font que du trail et des distances de dingues. C'est ainsi en cette fin août, qu'il participa à l'Ultra-Trail du Mont Blanc... 166km avec un dénivelé positif de 9400m !... Et le père Alain se défendit comme un chef. Sur 544 concurrents classés, il s'adjugea la 61^{ème} place en 39h38'24''... mais oui !... La victoire, quant à elle, revint pour la 2^{ème} année consécutive à l'Espagnol Kilian Jornet (21 ans) en 21h33'18'' qui termina avec plus d'une heure d'avance sur son dauphin le Français Sébastien Chaigneau, 22h36'45''... Au mois de février dernier, Alain s'était aligné au départ de la Piste des Seigneurs à Rodez (65km500) et s'était classé 117^{ème} sur 567 arrivants en 9h29'16''... Chapeau mon pote l'ouf.

* * * * *

Marathons internationaux : le programme du 1^{ier} semestre 2010 de Coureurs sans frontière.

Ce programme, c'est à souligner, offre des possibilités pour toutes les bourses. Le voici : --Marrakech (avec semi) 31 janvier –Tokyo, 28 février --Rome, 21 mars –Rotterdam(avec 10km), 11 avril –Vienne (avec semi), 18 avril --Madrid, 25 avril –Copenhague, 23 mai –Stockholm ; 5 juin –Soleil de Minuit, 19 juin.

(*) Coureurs sans frontière, 2 rue de la Poudrière, 25370 Longeville-Mont-d'Or. Tel : 03 81 49 95 38 Fax : 03 81 49 95 15. Ou encore contact@coureurssansfrontiere.fr et WWW.coureurssansfrontiere.fr

--- --- La vie du club --- ---



De Villemoirieu à Montromant : avec la famille Rusli



« Oui, ce fut ma toute, toute première place. Jamais, jusqu'alors, je n'étais monté sur la plus haute marche d'un podium. Et bien, ça fait quelque chose. J'en ai eu des frissons. Moi, votre petit Rusli célébré comme un prince, en ces si beaux Monts du Lyonnais, je n'arrivais pas à y croire. Oh oui, il est extraordinaire mon pays : la France ».

Allez, si je ne l'avais pas arrêté, je suis sûr qu'il continuerait encore à me parler, à se confier. Que nenni, sa première place sur les 10km de la Montromanaise, il n'est pas prêt à l'oublier.

Le 31 mai dernier, et pour la quatrième année consécutive, les couleurs du Jocel ont joyeusement flotté dans les Monts du Lyonnais du côté de Montromant, la 'patrie' de Marie-Pierre... Non pas, cette fois ci, par le nombre de ses représentants, mais par leur courage. En cet an de grâce 2009, et comme les Trois Mousquetaires, ils étaient quatre du Jocel au rendez-vous... deux sur le 19km, deux sur le 10.

« Nous n'étions pas nombreux au départ du 10. Peut être 70, mais pas plus. Tout de suite, je me suis dit que je pouvais faire une place, si je forçais un peu plus sur mon rein ('je n'en ai qu'un'). Au bout de 600m j'étais cinquième. Mais après les 3km, j'ai commencé à peiner et me suis dit que je devais me calmer pour ne pas craquer, que j'allais trop vite. C'est ainsi que quatre concurrents m'ont dépassé, que d'autres se rapprochaient. Tant pis, j'ai attendu les 2 derniers kilomètres, et là, j'ai pris ma vitesse maximale jusqu'à l'arrivée. J'étais super content car je terminais 10^o au scratch. Mais quelques minutes plus tard, ce fut pire encore, lorsqu'on m'apprit que j'étais 1^{er} V1... Oh oui, Montromant et Marie-Pierre j'adore... Je reviendrais ».

Ce qu'il me confiera, plusieurs jours après, c'est que c'est son fils Lucas qui lui avait donné le courage de tenir jusqu'au bout. « Lucas, je l'avais titillé une bonne semaine vers la mi-mars pour qu'il m'accompagne au Cross de Villemoirieu le 29 mars dernier. Il ne voulait pas le coquin. Alors, je lui ai dit qu'on irait au restaurant après la course... et là, il ne s'est plus fait prier. Il voulait manger des grenouilles... Il m'a bien eu. Mais ses grenouilles, je ne les regrette pas. Il les a bien méritées car il a souffert mon gone. Ce n'est pas un coureur, il fait simplement de la gymnastique et de la randonnée en montagne, sans faire partie du moindre club ».

« Alors, à Villemoirieu, pour une assiette de grenouilles et non pour moi (le voyou), il s'est aligné au départ du Cross des Gones, un 2km pas facile du tout... pour lui. Et là, il s'est déchaîné, terminant 3^{ème} au scratch et 1^{er} de sa catégorie en 9'50''... A Montromant, c'est en pensant à lui que j'ai fini à la folie. Pour lui, je ne pouvais faire moins. Lui, qui a été élu au conseil municipal des enfants de St Priest puis nommé à la Commission du développement durable ».

* * * * *

Le bel été... de deux cabossés



Cet été, il est deux 'croustons' de notre Jocel bien aimé qui nous l'ont joué très cool. A leur âge, faut les comprendre les canards... z'aiment bien rester au plumard.

Ces deux lascars, joyeux fêtards, ce sont Roland, votre bon président qui trouva le moyen de se faire heurter par la voiture d'une infirmière... et Mimi Rat des Champs, votre secrétaire perpétuel, qui pour une intervention chirurgicale alla se faire dorloter par les infirmières du Grand Large.

Aujourd'hui... ils vont bien... les deux petits.



Ce qu'ils sont beaux quand ils souffrent

Courir de plaisir... telle est la devise favorite au Jocel... Devise à laquelle quelques vilains cocos, carrément 'maso', préfèrent parfois 'Courir de plaisir et souffrir... parce qu'ils sont fêlés grave de la cafetière... Cela dit, ils sont beaux les mecs (enfin les vrais) du Jocel lorsqu'ils souffrent.

En voici quelques uns... A vous de juger.



Pour ma part mes Pioux-Pioux, j'attribue une mention très spéciale au 'comédien enrubonné' et au 'pépé' qui ne sait plus se relever..