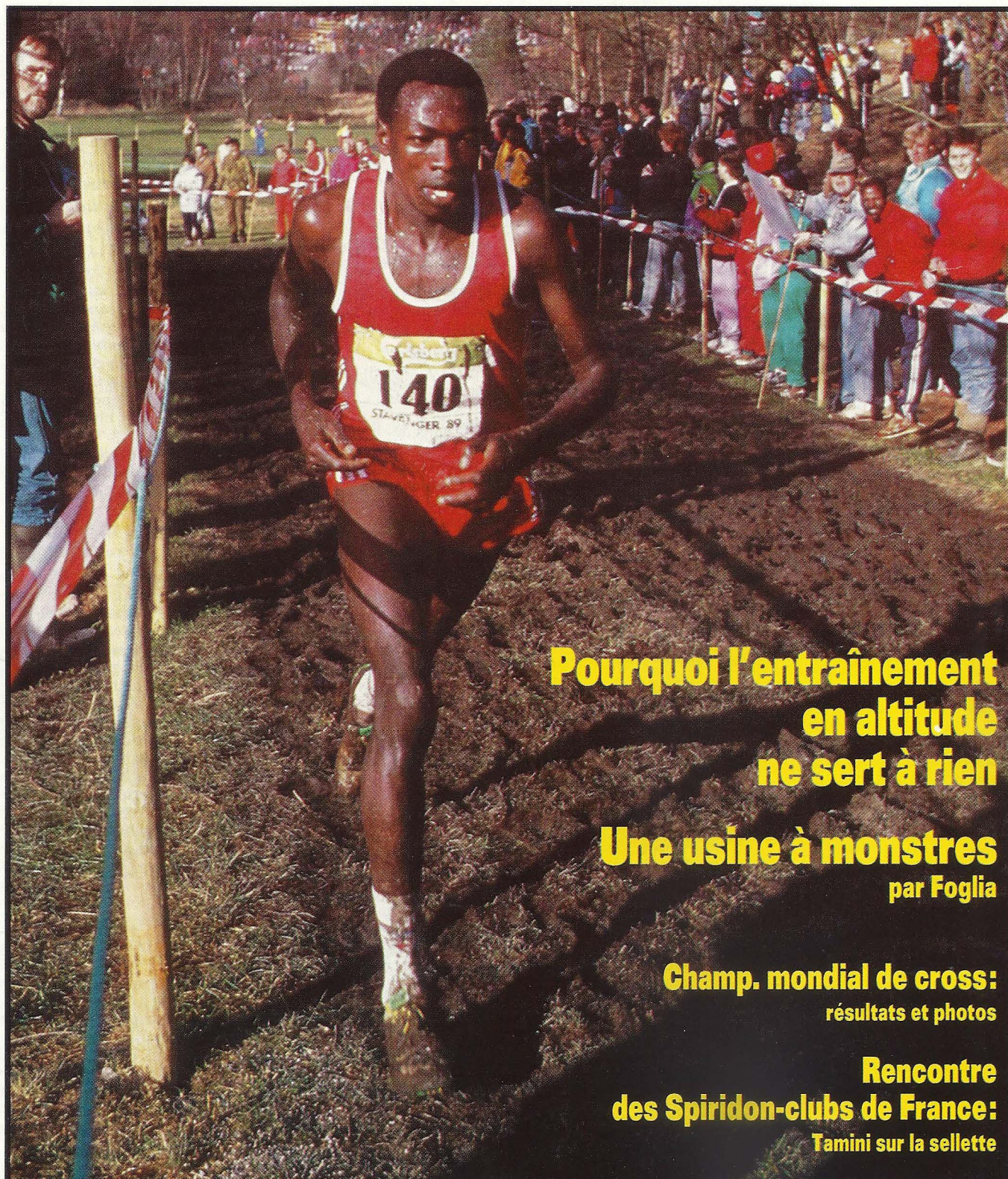


SPIRIDON

N° 111
18^e année

Au coeur de la course...

mai - juin 1989



**Pourquoi l'entraînement
en altitude
ne sert à rien**

Une usine à monstres
par Foglia

Champ. mondial de cross:
résultats et photos

**Rencontre
des Spiridon-clubs de France:**
Tamini sur la sellette

Guillerdy

Chers abonnés à "Spiridon",

J'ai le pénible devoir de vous annoncer qu'il n'y aura pas de n° 112, 113, etc. Mais à la place seulement cette lettre, ce faire-part. Après de longues années difficiles, après même plusieurs morts apparentes, "Spiridon", cette revue née chétive en février 1972, a cessé de vivre. Car malgré un budget de plus en plus maigre, la revue devenait peu à peu exsangue. Les nouveaux enthousiastes étaient trop peu nombreux pour combler les disparitions.

La nouvelle attristera beaucoup d'entre vous, j'en suis convaincu. Et c'est à eux surtout que je songe aujourd'hui. Car voici que disparaît une revue unique en son genre - puisqu'elle était libre de toute attache - dont le "tort" fut d'être indépendante. Il semble en effet qu'à notre époque seul survive, même en chiffres rouges durant plusieurs années, le journal ou la revue incorporée à un groupe de presse.

Mais peut-on parler d'échec? Sincèrement, je ne le crois pas. L'autre soir, Yves Jeannotat, qui m'a grandement facilité la création de la revue, en convenait ainsi: "Si l'on sait - mais la nouvelle génération de coureurs ne le sait pas - tout ce que nous demandions en 1971-72, lors du lancement de "Spiridon", et tout ce que nous avons obtenu..." Nous avons même parfois obtenu bien plus que nous demandions. Par exemple, dit Jeannotat, des courses réservées aux femmes. J'ajoute: Et cet argent que l'on verse à tort et à travers. Par exemple, 1500 FS à celui qui, sous la pluie, sous les yeux de trois spectateurs, donna le départ des 25 km de Bienne!

Bref, comme j'ai eu l'occasion de le dire à la 3e Rencontre des Spiridon-Clubs de France - et tant pis si une grande partie de l'assemblée ne voulait pas entendre parler de "Spiridon!" - les coureurs ont aujourd'hui TOUT ce que les pionniers d'il y a vingt ans demandaient. "Spiridon" fut notre arme, notre véhicule, et même notre bannière, si l'on peut dire. Mais que valent une arme et une bannière en temps de paix? Reste le véhicule de cet esprit de convivialité et d'amitié, dont "Spiridon" s'était fait le champion. Restent en fait quelque 4700 abonnés, dont un grand nombre de déçus.

Qu'ils soient un tantinet rassurés toutefois: même si le rédacteur a peine à réprimer un sentiment de joie à la pensée de mener désormais enfin et de nouveau une vie "normale", plus libre, beaucoup moins contraignante, il ne s'éloignera guère de la course à pied. Et surtout pas de l'écriture. Il n'est pas décent de vous en dire plus ici.

Il va sans dire en outre que, dans la mesure de mes moyens, entre différents voyages, je demeurerai à la disposition des abonnés qui désirent des conseils ou de simples tuyaux. Que leur abonnement dure ainsi le temps que je leur consacrerai ainsi.

S'il faut parler d'enterrement aujourd'hui, puis-je souhaiter qu'il n'y ait ni fleurs ni couronnes. Cela parce que... l'on a déjà donné. En effet, au chevet de "Spiridon" je suis resté interloqué, par exemple, lorsque sous la plume de Serge Bressan ("Les marathons") j'ai lu à propos de "Spiridon" qu'il avait joué l'honnêteté à tous crins. Merci. Merci aussi à Tapio Pekola, vieux copain du Nord, qui créa son "Juoksija" un an avant mon "Spiridon". Car ce printemps, en regardant le passé et le présent des revues d'Europe et d'ailleurs, il m'écrivait: "Tu es le seul à n'avoir jamais triché..." Alors, "Spiridon" est-il mort parce qu'il n'a pas su tricher? N'oublions pas, toutefois, qu'il aura tout de même vécu dix-huit ans ou presque.

Et puis il y a cette lettre toute fraîche, signée d'un vieux de la vieille, de Munari, qui a donné beaucoup à "Spiridon". Je vous la livre telle quelle, en songeant à tous ceux qui, tel ce gars rencontré à Gigondas et qui me disait: Eh maintenant, que vais-je lire? "Ainsi donc, m'écrit Roberto, exit "Spiridon" et dix-sept ans de travail acharné et de

de qualité ne sont plus que des souvenirs... Je ne serai pas parmi ceux qui "pourraient" dire que tu as échoué avec la revue. D'abord, parce que dix-sept ans ce n'est pas rien! Ensuite, parce que "Spiridon" a marqué la vie sportive, tout au moins dans les pays de langue française (et l'Italie, alors?). La "petite" revue a quand même contribué - c'est le moins que l'on puisse dire - à soulever une grande montagne: la course à pied est devenue un sport de masse, à peu près tout le monde sait maintenant ce qu'est un marathon. Bien sûr, cela n'est pas seulement le travail de quelques personnes; mais "Spiridon" a mis du levain dans la pâte, il a été parmi les tout premiers dans la course. On peut mesurer les résultats obtenus: les femmes, les vétérans, les jeunes, les courses en montagne, etc. "Spiridon" n'a pas été là pour pousser à la consommation, comme ces revues qui ont pris le train en marche, mais il a toujours apporté un "plus", une dimension "intelligente" - j'ose le mot - à la course. "Ne pas courir idiot", telle m'a semblé être la devise des lecteurs de "Spiridon". Et, à bien plus forte raison, de son rédacteur. C'est vraiment dommage que la poignée de fidèles, qui avaient compris cela et qui y tenaient, ne soient numériquement plus suffisante pour assurer la poursuite de la revue. Franchement, cela me rend triste."

Mais Roberto de Munari, correcteur professionnel, poursuit: "Ayant un pied dans ton métier, je peux par ailleurs apprécier quelle a été la qualité de ton travail. D'avoir assuré pendant dix-sept ans, et pratiquement seul, la conception, la rédaction et la parution régulière de la revue, relève proprement du miracle. Tu sais que je suis bien placé pour le savoir. Et il ne s'agit pas uniquement d'un exploit technique, si je peux dire. Car il faut considérer aussi le niveau de la publication, le soin que tu as toujours apporté à tous les détails. Bref, "Spiridon" a été une revue que je n'ai jamais eu honte de montrer à quiconque, même uniquement pour le sérieux de la rédaction, laissant de côté l'intérêt personnel pour le thème traité. Pour moi, "Spiridon" fut un succès, même si aujourd'hui la majorité d'entre les coureurs ne savent pas comprendre et maintenir ce succès. Si "Spiridon" est mort, que vive tout ce que "Spiridon" nous a apporté!"

Eh bien, sincèrement, je trouve qu'il a bien parlé ce sacré vieux de Munari... Et me voici tout con, dans mon banc, à deux pas du cercueil de mon "Spiridon" mort... On a beau dire que tout passe, tout casse, tout lasse: tout de même... on avait passé de sacrés bons moments ensemble, les lecteurs, "Spiridon" et moi!

Donc, je vous en prie, ni fleurs ni couronnes. Mais pensez plutôt à soutenir avec ferveur ceux qui, organisateurs ou journalistes, défendent les idées chères à "Spiridon". Sans jamais oublier, bien sûr, que notre course ne sera jamais que la plus importante des choses secondaires.

Je profite de cette occasion pour remercier encore du fond du cœur ces Spiridoniens vrais de vrais, qui m'ont épaulé sans jamais faiblir (malgré mes "coups de gueule" parfois, si, si!). Je songe à Odette ROIG, qui va mettre au monde un bébé alors même que son "Spiridon" est porté en terre... Je songe plus encore à Jean RITZENTHALER, le plus pur des bénévoles, et le plus endurant des dévoués... Ma pensée va aussi à Michel et Martine JOSSEN, à Antonin HEJDA, eux aussi là depuis 1972. Je songe encore à Micheline CLERC, à Anne-Catherine et à Marité BOCHATAY, à Loriane FOURNIER, à Jean BOCHATEY. A l'heure présente, je me souviens encore, bien sûr, d'Yves JEANNOTAT, de Michel BOURQUIN, de Francis de BARBEYRAC, et du Dr TURBLIN. Sans oublier les SEIGNEURIC, les REFFRAY, les ONETO, les CASTELLINI, les STEFFNY. Avec une mention toute particulière à ANTENTAS, à VANCELLS, à Ricardo TORO, et surtout à Didi et Mario MACHADO, qui continuent à porter leur "Spiridon", à bout de bras. Merci enfin à tous les actionnaires de la S.A. Spiridon, et à tous les parrains: sans eux "Spiridon" n'aurait pas vécu plus de 14 ans.

Il va sans dire que, pour compléter leur abonnement ainsi interrompu, tous les abonnés peuvent obtenir gratuitement un ou plusieurs des numéros 0 à 110 (jusqu'à épuisement des stocks). S'adresser pour cela à Jean Bochatay, Articles Spiridon*, 1922 Salvan (Suisse).

Avec l'espoir de vous revoir à telle ou telle course, ou de vous rencontrer au détour d'autres pages, je vous prie d'accepter mes sincères excuses pour la triste nouvelle apportée par cette lettre.

*Afin de ne pas prêter à amalgame ou malentendu, la dénomination "Articles Spiridon" société indépendante de la S.A. Spiridon, va peut-être disparaître, remplacée par une expression éventuellement plus claire, moins ambiguë.

Photo de couv.: Ngugi, 4 victoires consécutives au champ. mondial de cross. — Photo Mark Shearman

A 36 ans, **Henry Rono** continue à lutter contre son alcoolisme. Selon Martin Bleasdale, durant ces quatre dernières années Rono a collectionné les cures de désintoxication. En décembre, à San Diego, il a terminé son 5e marathon: en 3 h 27. *Je visais 2 h 56, a-t-il dit, mais je suis heureux d'avoir été au bout.*

On s'est parfois étonné du succès de la société **Reebok**. Une lettre adressée aux athlètes et aux coaches de cette marque nous rappelle toutefois que l'on n'a rien sans rien. Car à son budget de 1989 Reebok a réservé, seulement pour la course à pied, \$16 millions pour la promotion et la publicité (\$2.5 millions jusqu'ici), dont \$13 millions pour la TV. Plus étonnant encore, le salaire de M. Fireman, p.-d.g. de Reebok International: 11,4 millions de dollars pour 1988!

Tout bien réfléchi, quel peut être **l'an 1** des courses de montagne? 1969, première édition officielle de Sierre-Montana? 1974, première année de Sierre-Zinal? 1975, première année de la CIME? Ou 1989, comme l'a déclaré Serge Moro dans le n° 1 de l'excellent **VO₂Mag** (pour s'y abonner, verser la somme de 270 FF à Carnet du Bipède, BP 400, 12101 Millau Cédex (F))?

Quelle est aujourd'hui au Portugal la personnalité la plus populaire? Incontestablement, nous dit Mario Machado, il s'agit du président de la République, Mario Soares, qui sait régulièrement diriger les affaires à partir de telle ou telle région du pays. Vient aussitôt après... **Rosa Mota**, notamment parce qu'elle sait elle aussi aller vers son public préféré, en courant gratuitement en différentes régions de son pays. *Et il n'est pas rare, note Mario, que le président de la République invite à sa table la championne olympique de marathon, la popularité de l'un brillant à la lumière de l'autre.*

L'athlète anglais **Steve Cram**, un transfuge de Nike, portera désormais la marque Adidas. Le contrat a été signé pour 70 000 livres sterling (environ 800 000 FF) et pour quatre ans.

Selon **Atletica** de février dernier, deux athlètes chinois, Wei-

dong (haies) et Zhichuan (déca-
thlon) auraient abattu six personnes au centre sportif de Fuzhou. **L'arme du crime: un pistolet de départ.** Nous ignorons comment la chose est possible. Notre confrère affirme en outre que les deux mauvais sujets avaient tenté de rançonner les malheureux défunts.

Tout comme sans doute un grand nombre de nos lecteurs, **Karin Rudisuhli**, de Genève, se pose des questions. *Depuis les Jeux, nous écrit-elle, depuis Ben la Gonflette, depuis le «dossier» que j'ai constitué pour faire le point, le mien, sur ce qu'est l'athlétisme de haut niveau, et sur ce que je cherche, moi, dans ce sport. Depuis que mon cerveau a tourné à fond et à vide, depuis que les coureurs ont parlé — pendant que je massais leurs muscles — de leurs ambitions, de leur combat journalier avec le chronomètre... j'ai envie de courir à reculons! Tout serait-il devenu bidon? Et de songer à cette unité de médecine du sport qui sent le fric, la rentabilisation, le crâneau-miracle pour sportifs naïfs, et si confiants qui, les yeux fermés, grimpent sur le billard pour absolument n'importe quoi.*

Mais tout à coup cette mère de quatre enfants se souvient de ses débuts. *Je suis venue à l'athlétisme, nous confie-t-elle, par vengeance contre mes parents qui refusaient une danseuse. Un jour, je suis rentrée en brandissant ma carte d'inscription au club, en leur disant que j'allais lancer le poids!*

Afin de tenter d'y attirer des athlètes étrangers, le 9 avril on a inauguré à Funchal, au Portugal, **la 6e piste synthétique du pays**. Les Suisses pourraient bien y affluer en charters, eux qui disposent de 60 pistes synthétiques, et qui donc savent ce que c'est. Mais les Kényens et les Ethiopiens, qui n'ont qu'une seule piste, à Nairobi?

Par erreur, certains «renouvelés» ont reçu un **appel...** Pas de panique, la réception de ce numéro les aura rassurés.

Dans un récent article que nous a remis Jim Mouat, un journaliste de **The Observer** a consacré un long texte à ce qu'il appelle «un crépuscule dans les ténèbres de la tromperie». A son

avis, l'homme disparaît de plus en plus chez les athlètes de haut niveau, soumis à des pressions inouïes, et manipulés par des entraîneurs au cœur desséché, par des agents commerciaux, par des savants fous, etc. Avec en point d'orgue ce jeu de mots: *Ben Johnson by The Alchemist?* Roberto de Munari nous rappelle que **The Alchemist** est tout bonnement le titre d'une pièce de théâtre due à l'élisabéthain... Ben Jonson.



Au sujet de «notre» Ben, l'auteur déclare que «le plus rapide être humain de la planète a été traité non comme un homme, mais comme un projectile aidé artificiellement.»

Surprise au Portugal après le marathon Spiridon, organisé à Cascais: **le sixième était dopé!** Il l'était encore davantage au marathon de Séville... Ce marathonnien est à l'hôpital, où il est soigné pour déshydratation et hypoglycémie. Sentant sa fin prochaine, il a tout déballe!

Maintenant c'est sûr: **la mort par crise cardiaque est en nette régression.** Du moins en Grande-Bretagne, et selon Jim Mouat, qui cite **The Observer**. En effet, si en 1976 l'on comptait 11 500 morts par crise cardiaque dans le groupe d'âge de 35 à 55 ans, en 1987 ce nombre est tombé à 7900 (- 31%). Il s'agit là d'un record (depuis 1967).

Cette diminution paraît due surtout à une meilleure alimentation (moindre consommation de graisses) et à une baisse de la consommation du tabac. En effet, si en 1976 50% des gens de 35-55 ans fumaient, en 1987 les

fumeurs n'étaient plus que 36% (pour les femmes, on a resp. 45% et 35%).

Enfin, l'on admet que les gens de 35-55 ans accordent désormais davantage d'attention à l'activité physique et à leur silhouette.

La fédé suisse (F.S.A.) a fait paraître une séduisante brochure intitulée «guide des courses populaires», qui comprend le «calendrier FSA officiel des courses populaires 89». De même, grâce au savoir-faire d'un modeste, Daniel Laubscher, le Spiridon-Club de Suisse a réussi à publier une fois de plus son traditionnel **calendrier suisse des courses hors stade**. C'est le plus complet puisqu'il inclut les courses de la CIME. On peut obtenir gratuitement ces calendriers chez Articles Spiridon.

Petit message sympa: **Bravo Noël!** L'article sur **Contin** a contenté tes lecteurs, et plusieurs m'ont demandé de te le dire. Quelques «râleurs» auraient préféré lire leurs propres prouesses, mais elles sont tellement moins drôles. Signé: Karin, Genève. N'auront toutefois bien compris ce reportage que ceux de nos lecteurs — et ils sont nombreux en France — qui savent bien quel extraordinaire personnage est **Contin**.

Nos lecteurs vont proliférer. C'est ce que l'on se dit en apprenant que **Loriane Moret-Fournier**, naguère secrétaire à la rédaction de **Spiridon**, a donné le jour, le 15 mars, à une fillette curieusement prénommée **Steady**. Nous avons découvert ce nom lors de notre voyage de noces au Canada, avec a-t-elle expliqué. Un jour plus tôt, un troisième enfant, **Pierre-Colin**, était né au foyer de **Muriel et Philippe Derrolland**, à Annemasse. Un vrai gabarit de marathonnien, nous a expliqué sa mère. 2,500 kg, 47 cm, un peu en avance sur la ligne de départ, avec une césarienne en catastrophe à deux heures du matin.

En outre, neuf jours plus tard c'est un Antonin qui apparaissait chez **Michel Boutinard Rouelle**, à Paris, alors qu'à la fin de l'année (j'ai égaré le faire-part...) le marathonnien **Madelon** avait la joie de nous annoncer la venue d'un bébé. A tous et à toutes nos félicitations et nos vœux. Ceux-ci vont encore à **Odette Roig**, qui est en train de préparer un Lionceau, annoncé pour le début d'août.

N.T.

— L'eau... Qu'est-ce que tu me dis de l'eau?

— L'eau, elle est comme nous. Il faut qu'elle bouge, sinon... T'as déjà vu de l'eau qui croupit, de l'eau stagnante, de l'eau morte: à force, elle commence à puer, et tout se décompose à l'intérieur... L'eau, il faut qu'elle roule, il faut qu'elle bouge, sinon...

Regarde l'eau qui descend de la montagne, en cascade toute blanche: c'est la plus belle. C'est comme l'eau du torrent, elle roule en plein air, dans la forêt, dans la verdure. Regarde la source: c'est de l'eau qui s'est purifiée à travers les roches et la terre.

L'eau, plus elle bouge, plus elle roule, plus elle devient propre, et donc potable.

— C'est comme nous, tu dis?

— Oui. Regarde les hommes qui bougent de moins en moins, mais qui bouffent, qui bâfrent, et qui parfois picolent... A force de ne plus bouger, ils deviennent patraques, et ça commence à mal tourner dans leur sang. Et même dans leur tête. On peut dire que là aussi ça se décompose.

— Et alors?

— Ben, c'est pas sorcier: l'eau impure, si tu la fais bouger, si tu la fais rouler sur les pierres, peu à peu elle se purifie. Chez l'homme, c'est pareil: faut qu'il accepte de souffrir un peu pour se sentir bien, du corps et de l'âme, dans son sang et dans sa tête.

— La souffrance, qu'est-ce que tu dis de la souffrance?

— Que si t'as pas souffert, t'auras du mal à vivre. Parce que tu restes faible. La souffrance, c'est un creuset, et donc elle purifie et endure. Si donc tu n'as jamais vraiment souffert, non seulement tu ne vis guère, mais tu es tout fragile, à la merci de la moindre souffrance qui passe. Quand elle surviendra, comme elle te trouvera pas entraîné du tout, il y aura parfois dépression.

— Et tu penses que de courir...

— Je me demande si ce n'est pas aller au devant de la souffrance, et s'y préparer, que de s'astreindre le plus souvent possible à un entraînement, par tous les temps. Réfléchissons un brin. Avant même les premières foulées, je sais confusément que je vais tout d'abord souffrir, n'est-ce pas. Mais cette souffrance qui va venir, c'est moi qui la crée. c'est moi qui l'appelle, je vais au devant d'elle, c'est pas elle qui vient à moi. Pas question pour elle de me surprendre. Et je finis par la maîtriser avant même qu'elle ait pu se déployer.

Et lorsqu'un jour elle se manifeste, si elle n'est pas terrible elle ne me surpren-

Regarde l'eau

par **Noël Tamini**

dra guère. Et si elle l'est, elle me trouvera aguerri, entraîné, prêt à contre-attaquer.

Dans ma tête c'est pareil. Cette pratique de la souffrance, d'une souffrance qui n'est pas celle de l'hôpital, du dénuement ou de la prison, mais de la ville, de la nature, de la rue, de la forêt, cette pratique de la solitude et de la douleur, chaque jour, me met en harmonie avec les autres. C'est-à-dire ceux qui souffrent vraiment et qui le savent trop bien. Et ceux qui ne savent pas bien de quoi: les blasés, les anéantis, les mous du dedans et ceux du dehors.

Cette souffrance, que la course n'est pas seule à distiller, vous ouvre tout un monde auquel vous n'accéderiez que par accident, involontairement.

— Alors, comme ça, toi qui aimes la vie, l'aventure, les femmes charmantes et les grands vins, toi qui respirais la joie de vivre, te voilà converti? Dis, ça ne serait pas plutôt le masochisme ta nouvelle religion?

— J'y ai pensé aussi, tellement je me sens parfois heureux après la dernière foulée, quand je m'arrête... Mais non, c'est ça l'attrait de la course de fond: peu à peu, elle fait de vous un homme aguerri, qui résiste de plus en plus à la souffrance, mais qui d'ordinaire la tient à distance. Soit qu'elle ne l'ait pas encore atteint, soit qu'il ait réussi à la contrer effi-

cacement. Au fond, ma course c'est ce qui donne tant de prix à ma vie, à chaque minute de vie, qu'il ne s'agit donc pas de gaspiller, d'escamoter, mais de savourer pleinement et posément.

A vrai dire, c'est parce que je suis en somme un dilettante, un épicurien, que j'aime tant la course de fond. La vie est tellement plus belle quand on sort de sa prison, et que l'on peut se rendre à l'hôpital en courant...

Ma vie me paraît merveilleuse quand j'y réfléchis, juste après la course. Et tout naturellement, comme l'eau qui n'est pas renouvelée, ma vie perd de son attrait si durant deux ou trois jours je ne vais même pas marcher. C'est sans doute qu'alors je me sens vivre moins, et donc vieillir. Car quand un corps perd un peu de sa vie...

— Oui mais, dis, l'eau qui bout, qu'est-ce que tu me dis de l'eau qui bout?

— Tiens, je n'y avais pas pensé. Est-ce qu'elle ne serait pas comme ceux qui courent trop, tous ceux de la compétition à outrance? Car si pour la boire, l'eau, il faut la bouillir, c'est qu'elle est sale. Et un coureur dont le sang est encrassé, c'est parce qu'il est trop entraîné, sinon même dopé. Y a-t-il encore de la vie dans l'eau qui bout? D'ailleurs, ne dit-on pas de certains coureurs qu'ils sont cuits? Sauf que l'eau qui bout... sert parfois à cuire des aliments succulents réservés à des gens qui restent dans les coulisses de la cuisine, au salon...

Regarde bien l'eau: qu'elle dorme ou qu'elle coure, elle ne ment jamais, elle.

□



COLLECTION N. TAMINI

L'eau. Celle où s'est mirée cette Roumaine en 1900.



Pourquoi l'entraînement en altitude ne sert à rien

par Sue Frederick

Ma foi, *Spiridon et Coureurs, si vous saviez...* l'avaient dit depuis quelques années: les coureurs qui pour réussir des perfs en plaine vont s'entraîner à St-Moritz, à Font-Romeu ou dans le Colorado font erreur. Voici pourquoi.

Igor Gamow n'est pas n'importe quel ingénieur chimiste. C'est le fils de feu George Gamow, physicien nucléaire, docteur en microbiologie, et l'un des génies les plus créatifs de notre époque. Mais là n'est pas notre propos.

En réalité, l'ingénieur chimiste Igor Gamow a gardé l'esprit d'un gosse, mais d'un gosse très brillant, désireux de comprendre le pourquoi et le comment de tout. A cinquante ans, cet ingénieur est aussi danseur de ballet, instructeur de karaté, et il pratique l'escalade tout en professant à l'université du Colorado. Il vit non loin de là, au pied du Boulder Canyon, avec son épouse, une Allemande de vingt-cinq ans, et un étalon blanc, Pégase.

Et comme un enfant, il remet tout en question, tout particulièrement les mythes qui nous font vivre. Les soi-disant «bonnes vieilles recettes de grands-mères», comme il se plaît à les appeler. Il y a peu, il a fait voler en éclats, à l'université du Colorado, une conviction ancrée depuis longtemps dans l'esprit de bien des coureurs, cyclistes et skieurs nordiques, à savoir que l'entraînement en altitude améliorerait les performances des pratiquants de sports d'endurance à leur retour en plaine.

Il n'est pas bon pour un coureur de vivre et de s'entraîner en altitude. Le meilleur endroit pour entraîner son endurance c'est de le faire sous le niveau de la mer.

Igor Gamow

Tous les concernés sont «persuadés» que s'ils s'entraînent en altitude leur organisme s'adapte à la raréfaction de l'oxygène en fabriquant, à ce qu'on leur a dit, davantage de globules rouges, de façon à mettre toujours autant d'oxygène à la disposition des différents systèmes organiques. Ce qui ensuite, au niveau de la mer, offrirait un apport supplémentaire d'oxygène non négligeable pour les activités dites d'endurance.

Le secret de ces Kényennes du champ mondial de cross: l'altitude ou leurs chaussures? – (photo Mark Shearman)

Cette séduisante théorie a été encore «confirmée» en laboratoire, où l'on a vu en effet que le sang devenait plus épais à haute altitude, et que cela était imputable à une multiplication des globules rouges. Pourtant, Igor Gamow prétend que cette théorie est fausse. Bien plus, lui-même et son collaborateur Geoffrey Geer disent aux coureurs qu'ils se font du tort lorsqu'ils vivent et s'entraînent en altitude. Selon eux, le meilleur endroit pour s'entraîner en vue des sports d'endurance serait **sous le niveau de la mer**.¹

«Beaucoup d'athlètes aiment s'entraîner en altitude, nous dit-il, parce qu'ils croient dur comme fer que plus c'est dur – et dur, ça l'est effectivement – plus cela doit rapporter. Encore l'un de ces fameux lieux communs.» Et les affirmations de Gamow ne sont pas à prendre à la légère. A l'université du Colorado, où il est bien connu pour la hardiesse de ses méthodes, il a réalisé une synthèse entre les cours de biologie et de technologie afin de permettre à ses étudiants de pénétrer de plain-pied dans le domaine relativement nouveau de la biotechnologie. Cette nouvelle science a pour objet de trouver des applications pratiques aux découvertes de la biologie à l'aide du savoir-faire technologique le plus sophistiqué. Or, c'est exactement ce que Gamow est en train de réaliser à partir de sa récente intuition.

La découverte biologique vient en premier, ou plutôt Gamow l'exhuma des travaux du Dr Robert Grover, de l'institut de physiologie de son université, qui se trouvaient enterrés dans quelque obscur périodique, au point de ne jamais atteindre les milieux du sport.²

D'après les travaux de Grover, en altitude l'organisme ne fabrique pas davantage de globules rouges. En lieu et place, les vaisseaux perdent du plasma, d'où un épaissement du sang, qui donne ainsi l'impression de contenir plus de globules rouges. Vivre en altitude ne fait en réalité que diminuer le volume total du sang.

D'après Gamow et Geer, une quantité réduite de sang inhibe les performances d'endurance, car un athlète qui dispose de moins de sang à pomper disposera par conséquent d'une moindre quantité d'oxygène. Le volume du sang augmente avec l'entraînement aérobique, pratiqué donc sans dette d'oxygène. Ainsi, l'athlète en forme aura en définitive plus de sang à pomper, et donc plus d'oxygène disponible. Gamow en conclut que l'endroit idéal pour s'entraîner se situe au niveau de la mer, ou même en dessous, où l'on pourra faire qu'augmentent à la fois le volume sanguin et le nombre des globules rouges.

L'entraînement en altitude ne semble pas améliorer les performances au niveau de la mer. Il n'améliore que les performances en altitude.

David Costill

Mais ce ne sont pas les seules raisons qui font de Gamow un partisan de l'entraînement à basse altitude. Les coureurs admettent qu'ils peuvent s'y entraîner plus intensément, car ils y disposent de plus d'oxygène. Or, un coureur ne pourra maintenir un certain rythme en compétition qu'à la condition d'avoir pu s'entraîner au moins à ce rythme-là. Si donc vous souhaitez réaliser une performance à Boston, à Berlin ou à New York par exemple, il vous faudra courir particulièrement vite à l'entraînement. C'est-à-dire plus vite que vous ne pourrez jamais le faire dans l'atmosphère pauvre en oxygène propre à l'altitude de Denver, au Colorado, par exemple.

Naturellement, pour un biotechnologue l'étape suivante consiste à mettre au point une technologie qui puisse être associée à cette découverte de la biologie. Ainsi donc Gamow et Geer ont inventé une bulle³, «The Hyperbaric Exerciser», l'entraîneur hyperbarique⁴. A l'intérieur de cette bulle sont simulées les conditions du niveau de la mer, ou même d'en dessous: pression barométrique, température, oxygène, humidité, concentration en ions négatifs. Ils pensent qu'un entraînement aérobique d'une heure et de-

« Y a quelque chose là-dedans ! »

Tel fut le cri du cœur de Pierre Liardet, « le berger du Ventoux », le jour où je lui présentai *Spiridon*, la revue que je venais de créer.

Une phrase comme celle-là, non seulement ça fait plaisir, mais ça dépanne. Car dire du bien, beaucoup de bien, et rien que du bien du produit de votre travail, vous avez déjà essayé ? Pas facile. Faudrait être né maquignon.

Pourtant, il me faut vous la présenter, cette revue, « pas comme les autres », à ce qu'on dit. Il est vrai qu'elle a aujourd'hui derrière elle dix-huit ans de franc-parler et de sé-

rieux (voyez les sujets du verso). Et, à l'insatiable curiosité du rédacteur, naguère marathonien, mais aussi traducteur scientifique chez Ciba-Geigy, se mêle son goût de la bonne et franche rigolade (Jean-Claude Moulin, de Marvejols-Mende, est l'un de ses potes !). Tout de même, faut vous dire qu'en certains hauts lieux, ce Tamini on ne l'aime pas trop. Un type qui dit et qui écrit que la course à pied est la plus importante des choses secondaires, vous imaginez ! Et que la course d'aujourd'hui doit être surtout, tel le sport il y a peu, l'une des plus jolies occasions de divertissement, de distraction ! Un type comme ça, y en a pour qui c'est plus que louche : dangereux...

LA PERF D'ACCORD
LA FÊTE D'ABORD



SPIRIDON

Bref, autant donner la parole à ses lecteurs :

Par exemple, ce Michel Ferreira, de Marthon (16) : *J'attends chaque mois Spiridon, comme une lettre d'une fiancée lointaine... Quel attachement, quelle fidélité il y faut !*

Plus réservé sans doute, Fabrice Bonnifet, de Ste-Geneviève-des-Bois (France), écrit, lui : *Spiridon est une revue formidable, merveilleuse vulgarisation de la course à pied. Passionnante de A à Z, je l'attends chaque fois presque comme on attend un ami. A la bonne heure, c'est bien moins contraignant que la fiancée de l'homme.*

Eh bien, malgré cela, le compliment que je préfère, c'est, celui-ci, signé Daniel Clavert, de Lyon. *J'aime bien Spiridon et son principal rédacteur, a-t-il écrit un jour de janvier 1989, qui restera pour moi le Brassens de la course à pied. Comprenez qui peut. Mais la philosophie NT ça me botte assez, et merde aux détracteurs de la pensée taminesque, qui, ma foi, si elle botte régulièrement des culs à droite et à gauche, n'en reste pas moins fondamentalement A L'ECOUTE des autres. Et ça c'est à peu près aussi rare que la tolérance en ce foutu XXe siècle !*

N.T.



à découper, à copier ou à photocopier



Tee-shirt gratuit (« La fête d'abord... ») pour tout abonné nouveau

Cet abonnement donne droit à **20% de réduction** sur de nombreux « articles Spiridon »

abonnez-moi* donc maintenant !

*** Car Spiridon n'est pas vendu en kiosque**

NOM et prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Localité _____

Oui, je désire recevoir pour un an *Spiridon* et je m'abonne :

par chèque bancaire ci-joint ☐

par chèque postal ci-joint ☐

Abonné nouveau, voici la taille (M, L ou XL)
du tee-shirt « La fête... » auquel j'ai droit :

Je règle aujourd'hui la somme de 225 F*

(abonnement de soutien : 400 F)
que j'adresse à l'ordre de :

**Odette Roig, Hameau de Murcier
Savigny
74520 Valleiry**

* Pour la Suisse et les autres pays : 60 FS (soutien : 100 FS) à *Spiridon-abonnements*, 1922 Salvan (Suisse)

OU RÉABONNEZ-MOI ! Je vous retourne ci-joint, accompagnée de mon règlement, l'**étiquette d'expédition** de ce numéro (elle indique mes références et l'échéance, à la première ligne de mon adresse).

En cas de changement d'adresse, envoyer la nouvelle adresse avec 6 FF en timbres-poste et l'ancienne étiquette d'expédition (prévoir deux semaines de délai).

mie par jour à l'intérieur de cette bulle, mais dans les conditions d'une altitude inférieure au niveau zéro, donnera à l'athlète ce petit quelque chose en plus qui le rendra particulièrement compétitif, cela grâce à un plus grand volume sanguin et à l'effet de séances d'entraînement plus intenses.

Nos recherches ont démontré qu'un entraînement intensif de l'endurance pratiqué à 2300 m d'altitude et un entraînement d'une «dureté» équivalente accompli au niveau de la mer ne déterminent aucune différence en ce qui concerne le VO_2 max ou les temps sur 3000 m.

W.C. Adams

Pour vérifier sa théorie, Gamow a créé un «centre de physiologie à basse altitude» à l'université du Colorado. Arthur Dickinson et William Byrnes travaillent avec lui afin de tenter de démontrer les effets à long terme de l'entraînement pratiqué en dessous du niveau de la mer. Leur expérimentation fait appel à deux groupes d'athlètes, le premier qui s'entraîne en altitude, à Boulder, et l'autre qui va quatre fois par semaine à l'intérieur de «l'entraîneur hyperbarique». Au bout de dix semaines, on testera les deux groupes afin de déterminer lequel des deux présentera la meilleure condition physique.

«Déjà les responsables des nageurs olympiques s'intéressent à nos résultats, affirme Gamow. Ils nous demandent conseil, et ils ont promis de nous suivre dès que nous aurons trouvé quelque avantage à s'entraîner ainsi.» Quelle est la réaction des spécialistes? «Alors que je me trouvais sur la côte est des Etats-Unis pour un congrès, dit Gamow, j'en ai parlé à beaucoup de spécialistes de la médecine du sport. Nombreux furent ceux qui me demandèrent pourquoi personne n'y avait encore jamais pensé.» Il faut dire qu'avant les réflexions de Gamow cela allait à l'encontre des théories d'entraînement en vigueur. Et il a fallu quelqu'un comme lui pour qu'on remette en question ce que l'on croyait acquis pour toujours. «En sciences, dit-il, lorsqu'une idée nouvelle jaillit, elle déclenche des controverses passionnées, sinon même excessives, et puis lorsque dix ans plus tard le travail définitif est publié tout le monde prétend qu'il n'y avait rien là de plus évident!»

C'est une erreur de croire qu'on peut s'entraîner plus dur au niveau de la mer, car on ne s'y entraîne pas à 100% de ses capacités aérobies. On ne le fait qu'à 60-70%, ce qui est réalisable en altitude.

Frank Shorter

Sauf que nous n'en sommes pas encore à la conclusion définitive, et pour beaucoup l'idée de Gamow reste sujette à caution. D'après Frank Shorter, qui vit et s'entraîne précisément à Boulder, «c'est une illusion de croire qu'on peut s'entraîner plus dur au niveau de la mer, car de toute façon on ne s'entraîne pas à 100% de ses capacités aérobies. On ne le fait qu'à 60-70%, ce qui est tout à fait possible en altitude. Il se peut aussi que l'altitude provoque un effet placebo, du fait qu'on y est confronté à des conditions plus dures et qu'ainsi, lorsqu'on revient en plaine pour une compétition, on ressent une impression de plus grande facilité. J'aime bien les remises en question: les chercheurs amènent sans cesse de nouvelles théories, mais en définitive ce sont les athlètes qui restent juges, car il n'y a qu'eux pour savoir si cela fonctionne vraiment.»

Skip Hamilton, ultra-marathonien mais aussi chercheur à l'Institut de la forme et de la médecine sportive d'Aspen, pense que Gamow et Geer ont ignoré l'aspect psychologique de l'entraînement. «Nous savons, dit-il, que le corps ne produit pas davantage de globules rouges à haute altitude. Mais il y a autre chose que cela. En altitude, on est obligé de respirer plus fort pour disposer de la même quantité d'oxygène qu'au niveau de la mer. Pour celui qui débarque c'est très déconcertant.»

Gamow fait une concession: «Il est probable, dit-il, que si vous êtes amené à disputer une compétition en altitude, il vous faudra consacrer un certain temps à courir en altitude pour vous habituer à ce genre de sensations.» Mais il n'en demeure pas moins convaincu que pour rester dans la course il faudra à l'avenir s'entraîner dans son «entraîneur hyperbarique» qui simule les conditions d'entraînement existant au dessous du niveau de la mer.

Des études récentes ont démontré en effet que des mineurs travaillant à 1200 m au dessous du niveau de la mer réussissent à absorber 17% d'oxygène de plus que ceux qui demeurent au niveau zéro. Il reste donc à Gamow, grâce aux expériences conduites dans son centre, à déterminer avec précision combien de temps il faudra passer dans des conditions d'altitude négative pour qu'on puisse ensuite observer une augmentation significative du volume sanguin. Lorsqu'il aura rassemblé et analysé les résultats de ces tests, et d'autres encore, Gamow envisage de répandre un peu partout ses «entraîneurs hyperbariques», afin d'améliorer les effets de l'entraînement. «Même les athlètes qui vivent déjà au niveau de la mer pourront en tirer profit», nous dit-il.

Il y a trop d'exemples d'athlètes qui ont amélioré leurs performances après un stage en altitude pour qu'on puisse nier les bienfaits de l'altitude.

Kenneth Cooper

On se rend compte, d'après ce qu'on vient de lire, qu'il lui faudra encore beaucoup de temps pour faire admettre son idée dans le monde de la physiologie du sport. Par exemple, le Dr Kenneth Cooper, le fameux directeur de l'«Aerobics Center» de Dallas, est d'avis que l'on a trop de preuves du contraire. «Comment expliquer, dit-il, que tant d'athlètes aient amélioré leurs performances après un stage en altitude? Pourquoi aurait-on constaté une amélioration de leur condition physique si leur sang n'avait fait que s'épaissir au lieu de compter davantage de globules rouges?»

Gamow prétend qu'il peut contester chacun de ces exemples, et qu'en général c'est pas bien compliqué car il s'agit d'une confrontation entre une «croyance» et une donnée scientifique démontrée par les recherches. Il ne fait aucun doute que pour un bon bout de temps encore il aura l'occasion d'en découdre avec des spécialistes comme Cooper!

□

Tiré de *Running Times* et traduit de l'anglais par Michel Jossen

N.B. Pourtant... «personne n'a jamais démontré scientifiquement une amélioration des performances qui serait due à l'entraînement en altitude» a déclaré — je l'ai entendu — le grand physiologiste Åstrand. Alors, qu'en est-il des fervents adeptes de cette croyance qui date d'avant les Jeux de Mexico? Il y a l'effet placebo, suggéré par Shorter, mais aussi le fait qu'en altitude, dans un cadre et une ambiance idéals, très bien suivis, beaucoup parviennent à s'entraîner mieux qu'ils ne l'ont jamais fait. L'amélioration qui survient ensuite est due à la qualité de cet entraînement et non pas à celle de l'air. La plupart de nos lecteurs sont trop jeunes pour se souvenir des bienfaits, irréfutables eux aussi, de l'entraînement à Vålådalen, dans le nord de la Suède, à seulement 800 m d'altitude. (N.T.)

¹ Par exemple, comme c'est possible sur les bords de la mer Morte, à l'oasis d'Eïn Gedi (- 350 m!), excellentement équipé. (N.T.)

² Cela n'est pas certain, car depuis qu'existe notre excellent confrère *Running Research News*...

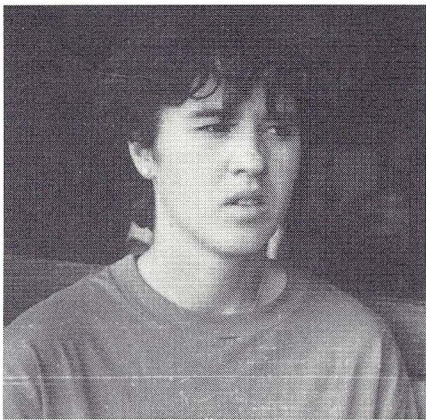
³ En anglais, *bubble*, un mot qui, curieusement, signifie aussi chimère, illusion... (M.J.)

⁴ On sait que le bar est une unité de mesure de la pression atmosphérique, plus faible en altitude.

Des nouvelles de Roumanie

Non, non, je n'oublie pas *Spiridon* (j'ai lu le début de la p. 17 du n° 109)! Ni moi, ni Natalia. La vérité c'est que j'ai été très occupé pendant l'été, avec la préparation des Jeux olympiques, et j'ai dû aller dans beaucoup de pays européens: à Zurich, Bruxelles, Cologne, Berlin. Et ces derniers mois j'ai été accaparé par le futur plan de préparation. (...)

Mais il y a beaucoup à dire sur la course à pied en Roumanie. Natalia a eu un grand succès aux championnats du monde juniors de Sudbury, avec une fille de son groupe, **Catalina Gheorghiu**, médaille d'argent au 800 m, avec 2:00.53 à 19 ans! C'est un très grand talent, dont *Spiridon* a parlé il y a deux ans; elle mesure 176 cm pour 62 kg. En ce début de mars, Natalia prépare deux filles pour le championnat du monde juniors de Stavanger. **Mihaela Ciu**, 17 ans, qui le mois



A ne pas oublier non plus:
Padureanu, 20 ans.

passé a gagné en Bulgarie un cross de 3000 m en... 9:16! Et face à toute l'élite d'U.R.S.S., de R.D.A. et des autres pays socialistes. Mais aussi **Mirela Bortoi**.

En ce qui concerne mes propres élèves, ça va pas mal non plus. Il y a surtout **Margareta Keszeg**, 3e sur 3000 m lors des champ. du monde en salle à Budapest, avec 8:46.70. *Spiridon* a publié une photo d'elle il y a trois ans. Merci, car la voici, à 23 ans, dans l'élite mondiale, cependant que **Puica** a 39 ans et **Melinte** 33 ans. (...) Nous recevons régulièrement *Spiridon*, et nous espérons que son rédacteur viendra nous rendre visite à la fin de mai. Encore mille excuses pour le silence forcé.

Nicolae Marasescu

Des nationalistes?

Plus de dix-sept ans de spiridoneries m'ont fait la nuque épaisse, et le cuir tanné. Au point d'avoir parfois l'impression, fugitive, d'avoir tout vu, tout enten-

Miscellanées

du, tout lu en matière de course à pied. Ce serait désolant: et la surprise, bon sang? Et l'émerveillement? Et toutes ces réactions qui sont du pain bénit? Tant il est vrai que la pire punition infligée au rédacteur qui a préservé sa liberté de dire, c'est le silence. Un jour d'octobre, j'en étais là de mes réflexions lorsque... toc, toc, toc! V'là l'courrier!

Dieux du ciel, je n'avais pas encore tout lu! Je me souviens d'un petit feuillet de rien du tout, parcouru d'une grosse écriture noirâtre, qui m'annonçait une cascade de résultats personnels d'un vétéran 4. Au beau milieu, il y avait ce texte, souligné: **Je n'ai rien à foutre avec les résultats des courses internationales.** J'espère que j'aurai droit à une petite réponse. Signé: Maurice Chégérien, Marseille.

Je n'avais pas encore répondu lorsqu'une lettre analogue me frappa. En voici le passage le plus caractéristique à mes yeux: **Le contenu de Spiridon ne me convient plus: la majorité des reportages, les 3/4, parfois la presque totalité est consacrée aux courses et aux champions étrangers: Angleterre, Afrique, Etats-Unis, et bien d'autres pays. Alors que Spiridon est essentiellement diffusé en France où des multitudes de courses ont lieu, une trop grande importance est donnée à ces reportages étrangers. Il faudrait inverser la tendance...** Signé: Jo Almodovar, Perpignan.

Alors là, pardon, amis de Dijon, mais la moutarde est montée au nez du rédacteur de *Spiridon*, qui y est allé, à chaud, d'une lettre très personnelle que le destinataire s'empresse de diffuser — telle une verge pour le fouetter? — à tous les spiridon-clubs de France!

Que dire donc ici qui intéresse les autres lecteurs? Faut-il bien rappeler que *Spiridon* est une revue internationale de course à pied — c'est même la seule du genre — créée notamment afin de diffuser des nouvelles de partout et pour créer des liens entre coureurs, par delà les frontières de toutes sortes. MM. Chégérien et Almodovar, je prends à témoin vos ancêtres et les miens, et vous assure n'avoir jamais fait la moindre discrimination: chaque fois que j'ai reçu d'Arménie, d'Andalousie (voyez la course de Grenade) ou du Piémont (voyez Navazzo) une information d'intérêt général, je l'ai publiée avec le même plaisir que si elle venait de France. Toutefois, je le confesse bien volontiers, j'ai tendance à accorder la préférence, non plus aux

grands marathons-bazars de New York, de Londres ou de Paris, mais bien aux petites ou aux grandes courses-fêtes de Suisse française ou de France, deux régions d'Europe qui fournissent près de 90% des abonnés. Il va sans dire que ce n'est pas la carte d'identité d'une course ou d'une personne qui prévaudra jamais à mes yeux, mais bien sa capacité d'intéresser une majorité de nos lecteurs, réputés pour leur ouverture d'esprit.

Et tout naturellement, les bulletins de spiridon-clubs devraient exprimer un même état d'esprit, qui en Suisse romande, qui en Lorraine, en Dauphiné, en Bretagne ou à Aurillac. D'ailleurs, s'ils gardent chacun une préférence — et encore! — pour leur course de Fouillylles-Oies, ça et là ces bulletins ont heureusement une fenêtre ouverte sur ces courses et ces personnages étrangers qui font d'autant plus rêver qu'ils sont très lointains.

En conclusion, ces lignes, à la fois consolantes et désabusées, que J. Maillet a signées dans le bulletin de l'Amicale cheminote des coureurs à pied: *Spiridon, c'est la qualité de la vie, c'est la course-fête (...). Ce sont des articles de spiridoniens... Cela n'empêche pas Bruce Tulloh ou le Dr Sander de nous prodiguer leurs conseils. (...) Mais je suis persuadé que les coureurs ne méritent pas une telle revue.*

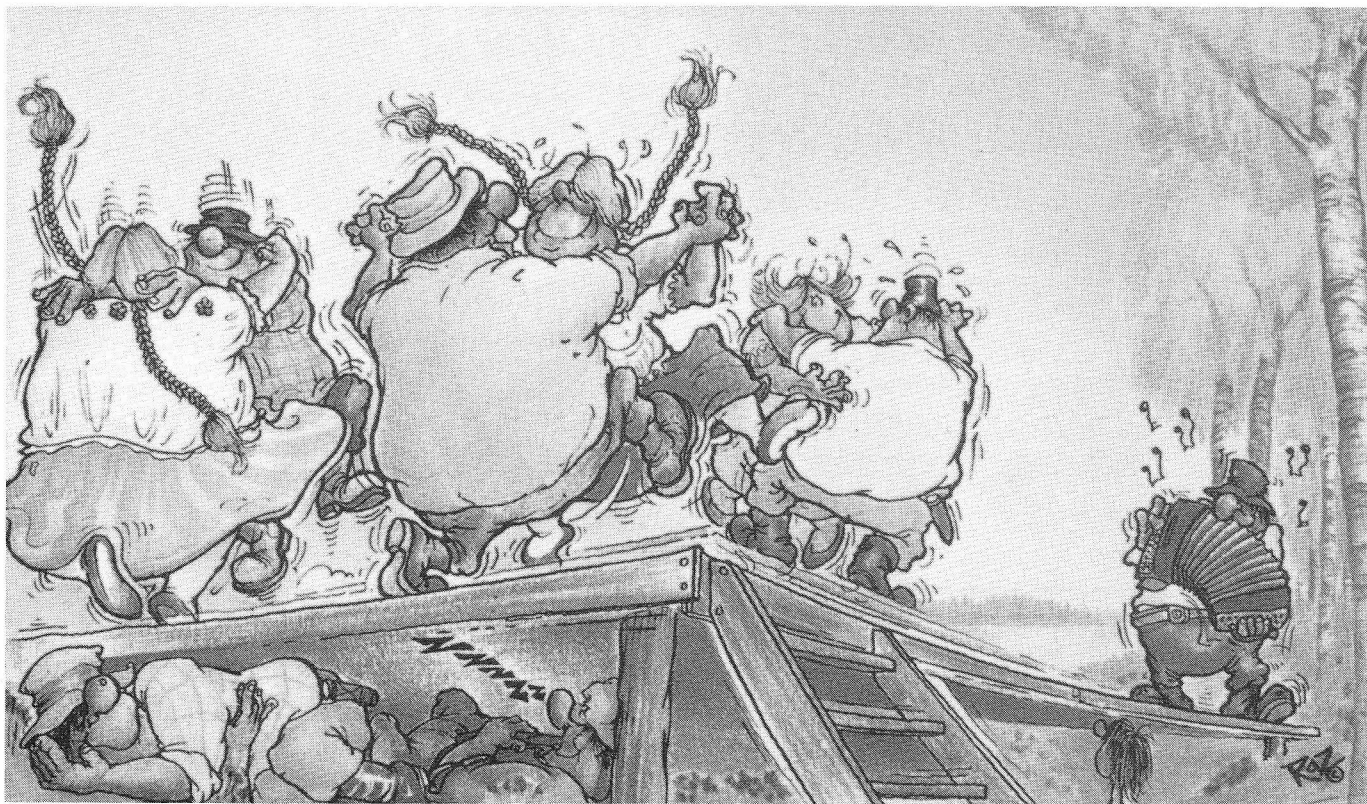
Vraiment?

Noël Tamini

L'affaire Bellocq

Pour avoir participé à une course de 100 km en Afrique du Sud, **Jean-Marc Bellocq a été suspendu à vie**. C'est du moins ce que l'on a pu lire ou entendre ça et là. Qu'en est-il? Nous avons interrogé l'aimable et dynamique Pierre Weiss, directeur administratif de la F.F.A. *J'ai eu un entretien en tête-à-tête avec Bellocq*, nous a-t-il dit. *Il n'a pas caché les différentes raisons qui l'ont incité à se rendre là-bas, et à courir malgré nos mises en garde. «Je n'avais jamais été en Afrique du Sud, et voici qu'on m'offrait voyage et séjour. Et puis je tenais à affronter le fameux Fordyce [le meilleur spécialiste mondial des 100 km, de l'avis de beaucoup]. Mais j'avais demandé que la course soit ouverte aux Blancs et aux Noirs sans distinction. Ce fut le cas. Enfin, c'était la première fois qu'on m'offrait de l'argent pour un 100 km, une distance pour laquelle la F.F.A. n'a jamais rien fait.»*

Quoi qu'il en soit, a poursuivi Pierre Weiss, le licencié Bellocq a délibérément enfreint le règlement de sa fédé, logiquement obligée de faire respecter les règles édictées par la F.I.A.A. A partir de là, quelle sanction appliquer, puisque la F.I.A.A. ne paraît pas précise là-dessus? Nous avons



«... la fête d'abord.» Ainsi décrite par un dessinateur de Laponie.

observé que dans le cas de Catalan, en Espagne, on a infligé deux ans de suspension, et que pour une infraction analogue les Américains n'ont pas été très sévères. Personnellement, a-t-il conclu, je suis pour un sursis, même si Bellocq a dit vouloir récidiver.

Sait-on bien qu'en renonçant à une licence, un coureur s'accorde la liberté de courir où bon lui semble, hors championnat. Qu'arriverait-il donc à l'apartheid si des charters de coureurs blancs non licenciés se rendaient régulièrement en Afrique du Sud fraterniser avec Noirs et Blancs de ce pays*? Gageons que cela ferait pour la dignité des Noirs bien davantage que l'afflux de capitaux helvétiques, par exemple.

Enfin et en marge, Dufaud, organisateur du Balcon de Belledonne, avait-il le droit d'accueillir Bellocq? Du même coup, les participants licenciés ne risquaient-ils pas d'être eux aussi suspendus? Réponse de Weiss: *Cela ne nous concerne pas, car cet organisateur-là n'est pas d'un club FFA.* N.T.

* Sur la course en Afrique du Sud, voir l'excellent reportage paru dans le n° 2 de *VO₂mag*

Quand un marcheur dépasse un coureur...

On ne le répètera jamais assez: rares, trop rares sont les hilares. En effet, ils sont beaucoup trop nombreux nos congénères qui cultivent avec un soin jaloux la vénéneuse morosité. C'est un simple fait de société, la nôtre, hélas. Voici qui jettera là-dessus une lumière crue. Il s'agit de la dernière phrase d'une

lettre récente, fruit sec de la morosité ordinaire: *Je savais la bêtise, l'intolérance, l'ignorance, la médiocrité exister — maintenant je crois qu'elles ont un nom, le vôtre!* Et pour corser son invective, l'auteur de cette fulminante missive, qui nous vient du pays de Rabelais, se déclarait marathonnier et... médecin.

Bref, ce familier de l'adrénaline et de l'acide lactique montrait du doigt Pierre Foglia, à ses yeux coupable d'avoir osé sourire en observant des «coureurs» à plus de 4 h 30 au marathon (voir le n° 109). Et il ajoutait, à part: *Je lis votre revue depuis plus de dix ans. Ne voulant plus prendre le risque d'une telle lecture, je ne renouvelle pas mon abonnement.* A la bonne heure, au diable les grincheux, surtout qu'ils sont contagieux!

Plus de 4 h 30 au marathon... «Et vous appelez ça courir?», telle était l'ironique quoique pertinente question de Foglia. Au fait, à partir de quel chrono, en deçà de quelle cadence la course prend-elle le nom de marche?

Parcourir la distance de 42.2 km en 4 h 30 et plus, est-ce de la course ou de la marche? Faudrait savoir! Voilà la question sacrilège. J'ai interrogé là-dessus un organisateur de marathon, celui des Herbiers, en Vendée. *Vous tombez bien, me répondit-il, 4 h 30, c'est le temps que réalise chez nous un gars de 75 ans!* Passe encore de marcher, mais court-on à cet âge? La question de Foglia aurait aussi pu être formulée ainsi: **quand un homme qui dit courir est dépassé par un homme qui dit marcher, lequel des deux est le menteur?** Plus de 4 h 30 pour un mara-

thon, est-ce de la marche ou de la course? La question subsistait.

La réponse me fut donnée par une banale coupure de presse: en 1988, 10 Français ont **marché** 50 km en moins de 4 h 15! Du coup, la question prenait une autre forme: si pour 50 km de nombreux marcheurs font moins de 4 h 30, le marathonnier qui met **plus de temps** pour parcourir 42.2 km est-il bien un coureur?

Quant à vous, médecin et marathonnier dressé sur vos ergots, avez-vous jamais guéri un morose? Certainement pas si vous ignorez cette panacée que prescrivait ainsi votre illustre confrère, Alcofibas Nasier, alias François Rabelais: *Mieux est de ris que de larmes écrire, pour ce que rire est le propre de l'homme.*

Foin des grincheux et des gens trop sérieux, car il faut convenir avec ravissement que la prose de Foglia, «tout le monde» en redemande! Voici, par exemple, ce que nous en dit Gaston Prétôt, l'entraîneur de Boxberger: *Quand j'ai lu ce que Foglia a écrit sur les Jeux, dans le n° 108, et maintenant que je le relis pour la énième fois, je me dis que si tout le monde décrivait le sport comme lui, on se remettrait un peu à rigoler. Car il faut bien le dire, on rigole de moins en moins. Je me dis aussi que s'il y avait davantage de Foglia le sport intéresserait plus de monde.*

Et ce monde, le nôtre, serait beaucoup plus gai. Et donc en bien meilleure santé.

N.T.



La seule course offrant le spectacle des pur-sang de l'athlétisme d'aujourd'hui face au stade naturel le plus sauvage... la montagne.
Un événement auquel vous devez participer.

Vendredi

15 septembre: DIE, cérémonie d'ouverture.
16 septembre: CHÂTILLON-EN-DIOIS,
parcours «LE GRAND HUIT».

Épreuves: juniors hommes **7 km, 14 h 30,**
fémnine **7 km, 15 h 30,**
courte seniors **10 km, 16 h 30.**

17 septembre: DIE,
parcours «Montée Die-Col de Rousset».
Épreuve: longue seniors 17 km, 11 h.
Remise des prix et cérémonie de clôture: 18 h.
Grande course populaire de juniors
à vétérans: 9 h.

► Renseignements :

Association
COURIR EN MONTAGNE
Place de l'Évêché
26150 DIE France

TÉL. 75 22 12 52
75 22 03 03



RÉPÉTITION GÉNÉRALE OUVERTE A TOUS

- ☐ Dimanche 30 avril 1989, LE GRAND HUIT, Châtillon-en-Diois (10 km).
- ☐ Samedi 6 mai 1989, 4^e CORRIDA PÉDESTRE Internationale de Die.
- ☐ Dimanche 7 mai 1989, 11^e MONTÉE PÉDESTRE, Die-Col de Rousset (17 km).

2^e 100 km de Port-Valais

Samedi: 7 octobre En circuit
Départ: 6 h Primes, Prix souvenirs,
Temps limite: 12 h Buffet froid, etc.

Société de Gymnastique et Volleyball
«La Mouette», 1897 Le Bouveret,
Valais/Suisse
Thierry Bueche, tél. (025) 81 17 06

*Pour tous travaux de
composition et d'impression,
demander une offre
à l'imprimeur de Spiridon*



Imprimerie CBO

Bernard Kobel

Centre artisanal du Bief,
ch. du Bief, **1110 Morges,**
tél. 021/801 83 45, fax 021/801 84 07

au Népal!

Marathon de l'amitié de Kathmandu à Kodari du 2 au 16 décembre 1989

Avec (du 6 au 12) 140 km de piste ou
de route à une altitude max. de 1370 m.

Organisation:

Victoria Travel et Sherpa Society Kathmandu
avec la participation de Noël Tamini

Départ de Genève, Paris, Zurich, Francfort,
Milan, Rome, Madrid, Lisbonne, Londres.

Prix: seulement 2750 FS (10 500 FF)
- 10 % pour accompagnants

Renseignements et inscriptions:

Pascal FALCO, Voyages Aventure,
1918 Mayens-de-Riddes (Suisse)
Tél. 027/86 41 41



GENÈVE - LAUSANNE - BULLE - 110 KM

2^e édition

Départ/Start: 2 septembre 1989 à 16 heures (Genève)
Arrivée/Ziel: 3 septembre 1988 de 00 à 12 h (Riaz/Fribourg)
Délai d'inscription/Anmeldeschluss: 31.7.1989

Renseignements et inscriptions/
Auskunft und Anmeldung: Course Genève-Lausanne-Bulle,
Secrétariat, case postale 1, CH - 1255 Veyrier-Genève, tél.
022/84 05 73.

CHAUMONT - CHASSERAL - CHAUMONT

IME - Dimanche 16 juillet à 8 h 30

C
O
U
R
S
E
S
P
O
U
R
T
O
U
S

15^e 32 km - 1150 m dénivelé. 8 ravitaillements

Le marathon des crêtes du Jura, vue grandiose sur les Alpes et le plateau suisse.

— 8 h 45, 12 km «Les HAUTS de CHAUMONT» allure libre
— 13 h 30, ENFANTS 4 à 10 ans différentes cat. (gratuit)

Prix-souvenir à chacun, nombreux prix, super-lots tirés au sort
FÊTE CHAMPÊTRE - GRANDE TENTE - AMBIANCE SUPER

Dortoirs à disposition. Repas offert à midi aux étrangers inscrits dans les délais (7 juillet)

INSCRIPTIONS: Jâmes Pierrehumbert, (tél. 038/33 44 86) dès 18 h
CH-2067 Chaumont (Neuchâtel-Suisse)

RÉSERVATION hôtel; prix forfaitaire à la carte:

FNT, rue du Trésor 9, CH-2000 Neuchâtel (tél. 038/25 17 89)

à Vissoie (Valais)
samedi 13 mai

22^e Course pédestre
anniviarde

8 et 16 km

ambiance de fête

Rens. et inscript.:

Marc Genoud, Vissoie,
(027) 65 16 94.
Olivier Dumas, Grimentz,
(027) 65 25 43.

ORSIÈRES

Dimanche 25 juin 1989

20^e SIX-BLANC

super-cime

Départs: à 9 h pr touristes, à 9 h 30 pr cimards.

A l'arrivée, ambiance musicale, agape
pour les coureurs.

Rens.: J.-F. Murisier, 1937 Orsières, (026) 83 13 13

*Si peu de touristes...
une aubaine cet été!*

Vacances actives

(mais à la carte)

— Course à pied, vélo, rando-
nées, cheval, canoë...

— Raids-découvertes (dans la
verdure), pas de route. Energies
douces. Feu de bois. Rivière.

Mer à 8 km.

— Possibilité de camper.
— Prix: très très intéressants.

De préférence, téléphonez au
95.36.79.44 - Ou écrire à Michel
Jossen, F-20215 Venzolasca.

Ouvert toute l'année



Le 17^e semi-marathon

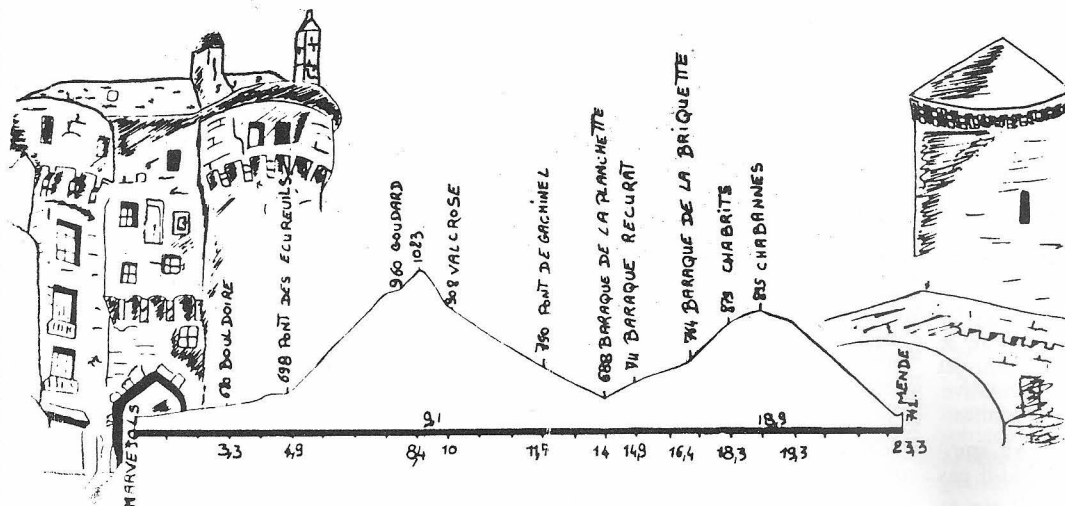
MARVEJOLS-MENDE

aura lieu le 23 juillet 1989 à 9 h pétantes

Course internationale de 23 km 300 — 400 participants — Médaille à tous — Hébergement possible sur demande —

Inscriptions et renseignements: Café de la Paix - F-48000 Mende

N.B. aucune inscription prise sur place ou par téléphone



Entrez dans la
«Légende»
et participez à la
«Grande Fête
de la
course à pied»

Spiridon, que de phrases répandues en ton nom!

A Uriage (Isère), les représentants d'une vingtaine de groupements de «solistes» se sont âprement concertés afin d'accorder leurs violons. Allait-on vers un concert polyphonique ou une cacophonie?

Le 16 avril, Pierre Dufaud, l'organisateur du Balcon de Belledonne, ne cachait pas sa satisfaction: en une année, sa course avait grandi de 50%! Quand une course est belle, attrayante, ça se dit, et ça se sait. La veille, à la 3e Rencontre annuelle des spiridon-clubs de France, Dufaud avait accueilli avec un évident plaisir les représentants de 23 associations. Allait-on pour autant savoir ce qu'est le mouvement spiridon?

Durant une année, une «cellule» de trois sages avait œuvré avec succès afin de prolonger l'élan donné par les deux premières rencontres, bien moins fréquentées. D'emblée, Dufaud, l'un des trois médiateurs, rappelait une «évidence», à savoir que tous étaient réunis là afin de débattre non pas de profession ou de politique, mais bien de leur distraction favorite, la course. Et donc de leur désir de vivre plus et joyeusement.

Trois sujets étaient à l'ordre du jour, qui allaient parfois diviser les participants et faire s'élever le ton, mais guère plus qu'il n'est de mise lors de ces discussions «franches et amicales» familières aux coureurs à pied:

- Structure nationale du mouvement
- Relations avec la F.F.A.
- Sport et argent

Une «structure nationale»?

C'est plutôt bon signe que d'être un signe de contradiction. Nous allons voir qu'en l'occurrence Albert Joseph, dit Libertad, avait raison.

Structure nationale... L'expression suscitait aussitôt la méfiance de plus d'un, soucieux de ne pas tomber dans le piège d'une pseudo-fédération, qui compromettrait la précieuse indépendance des associations régionales, tout en s'avérant trop contraignante pour l'individualiste incarné par tout coureur à pied. Voici d'ailleurs un extrait révélateur d'un message du plus grand spiridon-club, celui du Languedoc (450 membres), représenté à Uriage par Guy Allier, des Foulées castelpapales: *Une telle structure s'impose d'autant moins que le climat conflictuel qui prévalait lors de la création des spiridon-clubs il y a dix ou quinze ans s'est apaisé, et que désormais les courses et les coureurs sur route ne sont plus l'objet d'aucune discrimination criarde.* D'emblée le débat était lancé.

Répartis le matin selon les trois sujets, les participants allaient d'abord entendre le rapport de Gaillard (Aurillac), sur le projet d'une «structure nationale» représentative, composée d'au maximum huit personnes.

— Oui mais qu'est-ce que l'esprit spiridon? demanda un Auvergnat. N'a-t-il pas évolué en l'espace de dix-sept ans?

C'était pour Noël Tamini l'occasion d'une première intervention. *Mise tout d'abord sur pied par Ciglie (Drumettaz-Clarafond), cette assemblée, rappela le rédacteur de Spiridon, a pour but d'offrir l'occasion de se rencontrer entre des spiridoniens, coureurs ou organisateurs, qui viennent ainsi chaque année nouer des relations ou mieux se connaître, par delà les distances et les différences régionales. Bien sûr qu'entre 1972 et 1989 les choses ont considérablement évolué. Grâce à des collaborateurs d'une exceptionnelle fidélité, comme Jean Ritzenthaler, Odette Roig, grâce à de courageux pionniers, dont les plus connus sont en France*

Jean-Claude Moulin, Christian Delerue, puis Jean Roure et Hubert Pastorelly notamment, la revue Spiridon a vu disparaître peu à peu les grands obstacles qui avaient suscité sa création. Tamini rappelle le cas des jeunes filles et des femmes, ces clandestines des premières courses sur route. Celui des vétérans, méprisés au temps où seule la performance comptait. Celui des enfants et des jeunes gens, condamnés à des courses trop brèves pour leur organisme. Celui des coureurs sur route, menacés de suspension s'ils couraient hors de certaines périodes-enclos. Bref, c'était le temps où le coureur de fond, consi-



MICHEL BESSODES par Ph. Lavigne

Avant l'action de Spiridon et des premiers spiridon-clubs, grand-père et petit-fils étaient à la fois indésirables et proscrits.

déré comme un athlète de second plan, était tout juste bon à faire nombre. Pour Tamini, aujourd'hui les problèmes qui subsistent, toujours et encore suscités par le vorace appétit de la fédé, et sa soif de licences, source de nouvelles subventions, ces problèmes sont mineurs. Et ils ne me paraissent pas justifier la constitution d'une «structure nationale», mais bien le renouvellement de rencontres propres à de nécessaires échanges de vues.

Pour Patrice Bellocq, l'idée de structure nationale doit s'effacer devant celle de «conseil de sages», c'est-à-dire plutôt des gens qui définissent des principes, des règles d'éthique. Pour un autre, ce qu'il faut c'est dégager un groupe qui ait un mot à dire, des personnes qui nous représentent, qui soient notre interlocuteur face à la fédé.

Et l'on allait brusquement voir surgir la principale pierre d'achoppement, qui faillit même faire capoter la réunion: le soutien à la revue *Spiridon*! N'allait-il pas de soi que ces personnes (8 au maximum) représentatives du mouvement... spiridon soient abonnées à... la revue *Spiridon*? Il faut savoir en effet qu'hormis l'ACCF (coureurs-cheminots), en général 4 à 13% seulement des membres des spiridon-clubs sont abonnés à la revue. Tamini demeura intransigeant là-dessus: ou bien ces «représentants», au moins eux, seraient des abonnés; ou bien, dit-il clairement, il refuserait au mouvement l'appellation spiridon, légalement protégée depuis 1978! Ce que ma revue vous a apporté, dit-il, que votre mouvement me le rende au moins sous cette forme-là, purement symbolique!

Avec un acharnement tortueux et brouillon, (Escaro, Spiridon-Catalan), avec une virulence somme toute pas surprenante (Mascarell, Spiridon-Limousin), certains allaient invoquer «la liberté des coureurs». Tamini recevra, haut et fort, l'appui d'Allier (S. C. du Languedoc et Foulées castelpapales), de Cigle (Drumettaz-Clarafond), de Mison (F. C. Barbrantane), de Hamel (ACCF), des gars de Spiridon-Charente, et de Balabaud (S. C. Ile-de-France). Et en fin de journée, à sa demande expresse l'assemblée se prononcera, par 14 voix contre 9 et 1 abstention, en faveur de la condition qu'il avait mise.

Mais un certain malaise subsistera, car une bonne partie des spiridon-clubs, dont le plus important, déclareront ne pas donner leur adhésion à la structure en gestation, du moins pas tant que priorité n'aura pas été accordée «au soutien dû à la revue *Spiridon*».

En outre, interrogé à ce sujet hors réunion, le rédacteur dira sa déception de constater que certains dirigeants de spiridon-clubs ne se lassent pas de brandir le mot «spiridon», pour cristalliser leurs rancœurs ou leurs ambitions face à la F.F.A., alors qu'ils ignorent dangereusement la revue qui a été l'arme efficace des pionniers de la course en France. Qu'arriverait-il au mouvement spiridon, s'est demandé Tamini, si la revue disparaissait tout à coup, par exemple sous l'effet d'une maladie ou d'un accident survenu à son rédacteur? A voir le brave Pastorelly se prendre la tête dans ses mains...

Après un bref historique (nous avons réussi à faire reculer la F.F.A., qui a dû renoncer à sa contraignante «charte des organisateurs»), Mascarell, rapporteur du 2e groupe de travail, déclarera: «L'important, c'est de se réunir, et presque d'être des militants. On ne peut progresser si nous n'existons pas. Et de montrer

du doigt cette nouvelle menace qui plane dans le ciel de la course à pied, c'est-à-dire l'obligation qui serait faite désormais à tout organisateur d'être un club licencié ou patronné par un club licencié. Ainsi la F.F.A. parviendrait à maîtriser — et puis à juguler ou à canaliser — une fois pour toutes le mouvement des courses sur route.

Les relations avec la F.F.A.

A juste titre, Mascarell insiste sur le fait que la Commission nationale des courses sur route (CNCR) n'a en fait aucun pouvoir. Mais tout juste le droit de faire des suggestions. Les décisions, elles, sont prises par le comité directeur.

Nous sommes une masse, poursuit le rapporteur, mais pas un corps représentatif. Il nous faut renoncer à n'être que des zombies. Nous ne nous situons pas contre, mais autrement. Pourquoi donc ne pas avoir nos propres règlements? Par exemple, les taxes d'inscription semblent devoir être de nouveau libres désormais... Bruit de voix dans la salle, et intervention de M. Godbillon (CNCR). La nouvelle CNCR est en train de se mettre en place, dit-il. Il s'agit de personnes nommées par le président de la F.F.A., avec l'approbation du comité directeur. On est venu chercher le spiridonien que je suis. Il faut se souvenir que Jean Roure, lui, en avait été éliminé en 1985. Or, quelle est l'association qui représente les coureurs sur route? L'AFCE, et ça ne suffit pas. Car c'est surtout une agence de voyages. Spiridon? Pour la fédé, c'est Noël Tamini, en Suisse. Spiridon n'a donc pas de véritable interlocuteur en face de la F.F.A.

Il y a donc une alternative. La «structure nationale», ou, mieux, un «conseil de sages», qui mérite qu'on lui fixe tout d'abord des buts, pas encore clairement définis. Et la solution préconisée par les spiridoniens Moulin (Languedoc-Roussillon), Etxart (Pyrénées atlantiques), Allier (Provence), etc., qui consiste à s'introduire dans les structures de la F.F.A. afin de modifier «de l'intérieur» ce qui doit l'être, pour la satisfaction de tous les intéressés. Toutefois, dit encore M. Godbillon, si elle représentait un véritable groupe de pression, la CNCR aurait plus de chance de faire passer certaines idées. S'il y avait une entité reconnue, on pourrait annoncer avec une certaine force les mesures proposées.

Sport et argent

Et là, c'est de nouveau Tamini (décidément...) que l'on va montrer du doigt! Prenons le cas des taxes d'inscription, dit encore M. Godbillon. Fallait-il qu'elles soient libres ou limitées? C'est en fait Tamini qui a décidé! Car Pierre Weiss, le directeur administratif, nous a montré une lettre par laquelle Tamini se disait favorable à des taxes librement fixées par les organisateurs... Murmures dans la salle, et le rédacteur de *Spiridon* est prié d'expliquer sa pensée. Je demeure en faveur de cette liberté², déclare-t-il. C'est mon opinion personnelle, je l'ai donc signée. Même si ça l'arrange, la F.F.A. me fait un grand honneur en approuvant mon idée, contre l'avis des membres de la CNCR, semble-t-il. Et Tamini compare. Plus j'y pense, dit-il, plus chaque course proposée aux coureurs me paraît analogue à un restaurant. En soi, n'importe qui peut y aller si ça lui chante. Et y revenir quand bon lui semble, s'il a été satisfait. Nous ne sommes heureuse-

ment pas dans un régime qui imposerait aux restaurants des prix limites. Il en est de même des courses, régies elles aussi par la loi de l'offre et de la demande. Prenez le cas de Sierre-Zinal. Et surtout celui du marathon de New York, qui est en quelque sorte le Bocus ou le Troisgros de la course à pied. Pourtant, en France même combien y a-t-il de marathons qui attirent plus de Français qu'à New York? M'est avis que c'est à l'organisateur de faire de sa course bien organisée une véritable fête, avec un rapport qualité-prix attrayant. Au coureur de faire librement son choix.

Manifestement, Tamini ne convainc pas son auditoire. D'accord, dit Pastorelly, s'il y avait une véritable concurrence. Mais quand à tel week-end il n'y a qu'une course dans tel département? Et qu'est-ce donc qui obligera le coureur à y participer? Ce qu'il faut, dit un autre intervenant, c'est éviter qu'une masse de petits coureurs se fassent plumer par des organisateurs sans scrupule! Et de citer le cas du marathon de Paris.

On vote là-dessus. Résultat: 19 voix pour la limitation des taxes, 3 voix contre, 1 abstention.

Le rapporteur de ce groupe de travail termine en exprimant divers souhaits ou questions. A-t-on besoin des sponsors?... L'organisateur doit provenir du milieu de la course à pied... Ne faudrait-il pas donner un label spiridon à certaines courses?... Il faudrait arriver à boycotter les épreuves à fric... L'organisateur type spiridon doit privilégier l'après-course, et réussir à équilibrer son budget... etc.

Finalement, au terme de 3 h 1/2 de débats, l'on se pose encore une question importante: les spiridon-clubs qui, tel celui du Languedoc, ne se sentent pas représentés par une «structure nationale» feront-ils partie du mouvement spiridon? La réponse viendra sans aucun doute de la prochaine Rencontre, attribuée (par 15 voix, contre 1 au S.-C. d'Ile de France, et 8 abstentions) au Spiridon-Club Aurillac, au cœur de la France. Voici enfin le nom des quatre personnes désignées dans la perspective de cette rencontre: Dufaud (SC Dauphinois), pour assurer la continuité, Gaillard etournemine (SC Aurillac), et Giron (SCIF).

Le détenteur
de la licence FFA no 608476

¹ Monsieur Weiss, nous n'avons reçu aucun communiqué de presse à ce sujet. Mais d'après *VO₂Mag* ladite CNCR est composée de Michel Jazy (!), président, Guy Godbillon, vice-président, Serge Moro, secrétaire général, Jacques Bourrée, secrétaire-adjoint, et de Jean-Pierre Rech, Elyane Cavé, Christian Bindner, Raymond Pointu, Alain Lunzenfichter, Jean-Claude Moulin, Bernard Faure, Robert Gomez, André Giraud, Georges Salzenstein, Michel Marmion (!). N.T.

² Au nom de la liberté, certains se refusent résolument à obliger les porte-parole du mouvement spiridon à s'abonner à la revue. Mais qu'a-t-on fait de cette liberté lorsqu'on s'avise d'imposer aux organisateurs des taxes d'inscription limites! Liberté, que de... N.T.

Oups, il perd un testicule!

Ça fait longtemps, non? Me semble que c'était au mois d'août la dernière fois qu'on s'est rencontré dans cette page, dans cet espace très particulier où j'ai l'extraordinaire liberté, et privilège pour un journaliste, d'écrire sans commande, sans l'urgence d'un sujet. D'écrire pour parler plus que pour écrire...

Je sais (et j'en tire parfois vanité) que pour nombre de lecteurs cette chronique est devenue une habitude, voire un dû qui les autorise à la réclamer aux téléphonistes du journal sur le ton du consommateur lésé: «Pourquoi il n'écrit plus? Qu'est-ce qu'il fait? Où il est?» (...)

On ne va quand même pas s'engueuler aujourd'hui, après une si longue séparation?... J'allais justement vous dire que pour moi aussi cette chronique est devenue, avec les années, une habitude, une accoutumance plutôt, à ce point que dès les premiers jours de mes vacances, à l'immense plaisir de ne pas écrire se mêle tout de suite le regret de ne pas dire. Surtout de ne pas partager mes flashes, mes indignations. C'est comme rentrer à la maison et n'avoir personne à qui raconter sa journée...

Tiens, par exemple, c'est sûr qu'en rentrant de Séoul j'ai lu tout ce qui s'est imprimé sur l'affaire Ben Johnson. Ah les sottises qu'on a pu écrire sur la chose! (...) Arrêtez de me prendre pour l'avocat de Ben Johnson! Pauvre Ben tant que vous voudrez, mais il ne faudrait pas trop pousser dans le sens du martyr non plus. Je serai clair et brutal: il avait

Grappillons

toute mon admiration avant de se faire prendre, même si je savais qu'il se «chargeait». Et il a eu toute ma compassion une fois pris dans les circonstances que l'on sait. Mais depuis qu'il fait l'innocent, depuis qu'il dit qu'il ne savait pas», et qu'il jure qu'il n'a jamais pris de dope de sa vie, moi je regrette mais je ne suis plus là. Groupie peut-être, mais pas tata! Dope il ne me dérangeait absolument pas. Menteur (même s'il n'a pas le choix), il me fait ch...

(...)Qu'est-ce que qu'on disait donc? Je ne sais plus. Mais à tout hasard on peut avancer que l'homme est grandiose même quand il perd un testicule par erreur comme je viens de le lire dans mon journal. Le chirurgien s'était trompé de patient.

L'homme est grandiose mais l'ombre que fait l'homme est encore plus grande et plus belle parce qu'avec les ombres on ne peut pas deviner s'il leur manque une couille ou si elles en ont une de trop. Dans la tête.

Pierre Foglia, *La Presse* (Montréal),
1er novembre 1988

Il nous faut exporter

(...) Il n'est pas jusqu'aux déserts qui n'aient à subir les bourrasques ventées

du profit et de la caracole avec cet imperturbable Paris-Dakar, rallye annuel de la vacuité publicitaire insolente, pétaradante, qui soulève derrière ses roues accrocheuses des montagnes de sable pour un simoun sponsorisé. Car il ne nous suffit pas de polluer nos cités familières et nos propres paysages, il nous faut exporter nos saletés, sur toute la planète et même au dessus d'elle. Les corps étant atteints, les esprits, fatalement, devaient suivre, ce qui se constate chaque jour si l'on veut bien regarder autour de soi.

Bruno Frappat, *Le Monde*,
8 et 9 janvier 1989

Qu'est-ce qu'un spiridon-club?

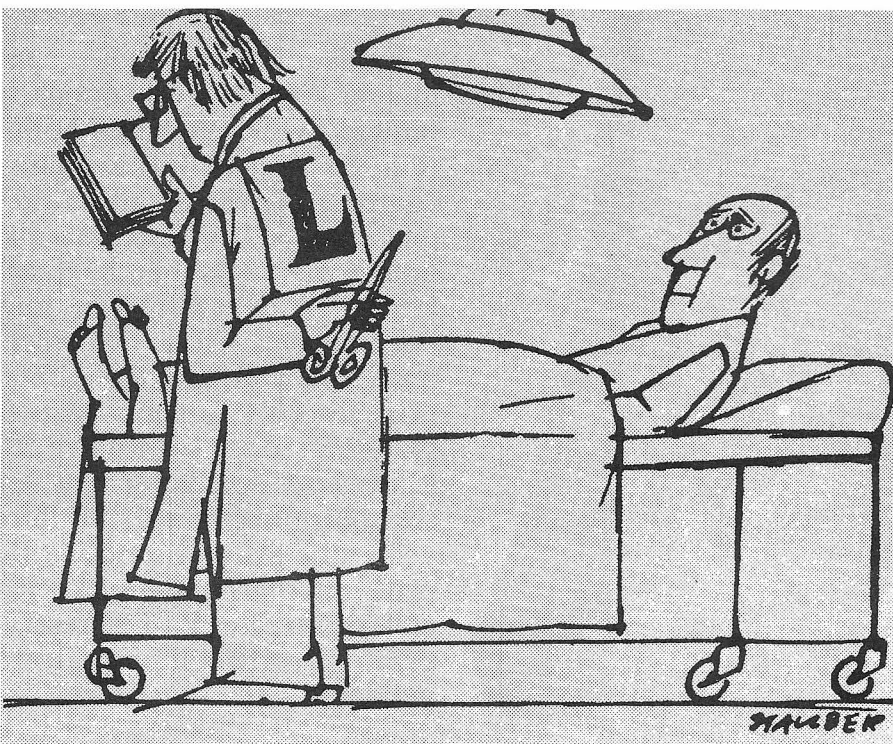
La fonction d'un spiridon-club est de concrétiser, dans une région, le mouvement Spiridon, lancé, défini et stimulé par la revue Spiridon. Tant la revue que le club sont voués à la défense des coureurs à pied (et non à l'attaque des organismes en place). Dans la pratique, ce n'est pas Spiridon qui crée un spiridon-club, mais bien un groupe d'individus dynamiques et altruistes, désireux de faire passer l'esprit Spiridon dans les faits. (...)

Tiré du bulletin du S.-C. du Centre,
juillet-août 1988

Curieusement, à Uriage le 15 avril, ce sont des associations ne portant pas la dénomination spiridon qui furent parmi les plus décidées à défendre la revue et l'esprit Spiridon... - J.-F. Ciglie

Des pommes dans les buvettes

Caustique, j'aurais voulu titrer: «Biture: nos juniors champions du monde!», mais c'eût été trop long pour la mise en page. Toujours est-il que d'après une récente enquête internationale consacrée à la santé des 11/16 ans, les nôtres décrochent la médaille d'or de la consommation quotidienne d'alcool: 16% de nos petits mâles de 15 ans, mais aussi 9% de leurs gonesses flirtent chaque jour avec l'éthylisme! Toujours en catégorie 15 ans, nos filles décrochent à nouveau l'or pour leur consommation globale de calmants et de somnifères. Quant au classement général toutes catégories et toutes saloperies confondues (tabac, alcool, bouffe déséquilibrée, médicaments, réticence à la pratique du sport...), il s'apparente à celui des années de télévision avec Sandra Kim: nous serions lanterne rouge s'il n'y avait les Finlandais.



J'achète mieux.

NOËL TAMINI



Ce lamentable bilan sanitaire de notre belle jeunesse se trouve d'ailleurs corroboré par de récentes constatations pour le moins adipeuses à propos de nos miliciens: aujourd'hui, les deux tiers d'entre eux n'ont jamais appartenu à un club sportif avant d'entrer sous les drapeaux, pour la moitié seulement voici dix ans; et sur le même laps de temps, le nombre de miliciens pesant plus de 100 kilos s'est vu multiplié par trois! (...)

Nous, les amateurs de sport, quels efforts déployons-nous pour que notre microcosme soit sain, plus sain que celui des non sportifs? Guère... Rappelez-vous lorsque nous badaudons alentour du stade avant le coup d'envoi: hot-dogs, ketchup, un paquet à quarante siouplaît avec de l'andalouse, ici c'est de la Stella moi je préfère la Jup... Ou rappelez-vous l'enfance et la première nocturne avec papa: nonante minutes de scintillements pour chaque cigarette allumée à l'un des coins du stade, déjà l'apprentissage du tabac poétique... Songez aux sponsors: cigarettiers ou alcooliques, mais accueillis à bras ouverts. Songez à nos après-matches en province: le gamin qui attend son père tout nu, encore crotté mais déjà la bière dans la pogne, et le casier qui trône au milieu du vestiaire, et le nouveau qui n'aime guère boire mais finit par accepter pour être accepté. Pensez aux chantres des troisièmes mi-temps lyrisées du rugby, à tous les commentaires du style «ça va être la fête, cette nuit, dans les rues de Chauvinville!» (...)

Pas facile, donc, d'être sans cesse pour la jeunesse un modèle épanoui plutôt que peu ou prou «coincé» socialement, ou coincé le derrière dans le fauteuil plutôt que dans un short! Et un peu malhonnête de vitupérer l'insuffisance des budgets/santé sans payer de sa personne sur le terrain de la vie quotidienne! Parce que nos mômes, eux, enregistrent évidemment les grands avec leurs yeux tout ronds. Je me rappelle avoir assisté un jour à une table ronde organisée par une école «foot/études», avec les élèves qui interrogeaient quelques-unes de nos stars. L'une fumait face aux gosses, et plus que le geste lui-même, c'était son côté naturel, machinal, qui m'avait gêné. J'aurais au moins voulu qu'il dise: «Vous savez, les enfants, je m'en veux d'être l'esclave de ça. C'est de la merde, pas de doute que je serais plus fort si je m'en passais, et je suis sûr d'avoir raté des trucs à cause de la cigarette...»

Faut pas s'attendre à une révolution spontanée tant que la part de chiffre d'affaires réalisé par le jus de tomate après le sport reste à ce point dérisoire. Faut lutter pour que nos gosses, qui jouent aussi au foot pour ce truc d'après-match «offert par le club», ne balancent pas qu'entre les chips et les boissons gazeuses ballonnantes. On veut des pommes en vente dans les buvettes, et on promet d'en croquer.

Bernard Jeunejean, *Sport 90*
(Bruxelles), 7 décembre 1988

Flo-Jo: go...

[Aux Jeux de Séoul, l'Américaine Florence Griffith-Joyner a remporté trois médailles d'or] sans qu'un seul contrôle laisse apparaître la moindre trace d'un quelconque produit dopant. Au début de cette année, contre toute attente, «Flo-Jo» a annoncé qu'elle quittait, à 29 ans, le monde de l'athlétisme. Chacun affirme, dans le «milieu», qu'elle subissait des cures régulières d'acides aminés et qu'un accord a été conclu entre le Comité international olympique (CIO) et les managers de l'Américaine. Résumé de cette entente «cordiale»: «Il nous est impossible, à nous CIO, de garantir plus longtemps une protection pour cette athlète... Notre intérêt à tous est d'éviter un scandale.» Florence Griffith-Joyner s'est reconvertie dans le cinéma et la mode!

Mais le CIO n'a pu s'opposer à la volonté du gouvernement canadien lorsque ce dernier a annoncé son désir de mettre en place une commission d'enquête sur l'affaire Johnson. (...)

Mais dans le milieu personne n'est dupe. Plus personne ne croit à [des] propos lénifiants. Trop d'intérêts nationaux et commerciaux sont en jeu... Et déjà l'on vante les qualités exceptionnelles du picolinate de chrome, qui présente les mêmes avantages que les stéroïdes anabolisants, mais sans leurs effets secondaires dramatiques. En quelque sorte, la promesse d'un dopage propre!

Serge Bressan, *L'Express*,
14 avril 1989

CLASSEMENTS

MEILLEURES PERFORMANCES DE 1988

par Antonin Hejda, statisticien A.T.F.S.

sur piste

HOMMES

(800 m)

(RM 1:41.73, Seb Coe, GB, 1981)

1:42.65	Gray, USA
1:43.20	Barbosa, Brésil
1:43.42	Cram, GB
1:43.45	Ereng , Kenya
1:43.86	Aouita, Maroc
1:43.90	Cruz, Brésil
1:43.93	Coe, GB
1:44.06	Fall, Sénégal
1:44.06	Koskei, Kenya
1:44.10	Grahudyn, URSS
1:44.12	Elliott, GB
1:44.21	Braun, RFA
1:44.38	Cheshire, Kenya
1:44.42	Bile, Somalie
1:44.46	Everett, USA
1:44.5x	Kiprotich, Kenya
1:44.59	Morell, GB
1:44.61	Baskin, USA
1:44.75	Popovic, Yougoslavie
1:44.82	Kwizera, Burundi
1:44.8m	Ndiwa, Kenya
1:44.90	Sabia, Italie
1:44.92	Okash Omar, Somalie
1:44.98	Druppers, Pays-Bas
1:45.05	McKean, GB
1:45.06	Clark, USA
1:45.09	Niang, Sénégal
1:45.11	Lahbi, Maroc
1:45.12	A. Silva, Portugal
1:45.14	Suhonen, Finlande

1000 m

(RM: 2:12.18, Coe, GB, 1981)

2:15.16	Aouita, Maroc
2:16.47	Elliott, GB

1500 m

(RM: 3:29.46, Aouita, Maroc, 1985)

3:30.95	Cram, GB
3:31.01	Spivey, USA
3:32.69	Aouita, Maroc
3:32.94	Elliott, GB
3:33.33	Herold, RDA
3:33.6x *	Bile, Somalie
3:33.95	Crabb, GB
3:34.06	Hillard, Australie
3:34.53	Rowland, GB
3:34.61	Scamell, Australie
3:34.63	Cruz, Brésil
3:34.72	di Napoli, Italie
3:34.82	Baumann, RFA
3:34.9x *	Scott, USA
3:35.14	Passey, GB
3:35.32	Guldborg, Danemark
3:35.4x * h	O'Sullivan, Irlande
3:35.59	P. Rono , Kenya
3:35.61	Thiébaud, France
3:35.70	Mouceef, Maroc
3:35.72	Coe, GB
3:35.78	Lachaal, Maroc
3:35.81	Brahm, USA
3:35.82	Consiglio, Canada
3:35.83	Deady, USA
3:35.84	Falcon, USA
3:36.07	Kirochi, Kenya
3:36.10	Atkinson, USA
3:36.18	Geoffroy, France
3:36.2x	Cheruiyot, Kenya
3:36.2x	Cheshire, Kenya

Mile

(RM 3:46.32, Cram, GB, 1985)

3:48.85	Cram, GB
3:49.20	Elliott, GB
3:49.22	Herold, RDA
3:49.40	Bile, Somalie
3:50.09	Scott, USA
3:50.57	Spivey, USA
3:50.82	Aouita, Maroc

3000 m

(RM 7:32.1x, H. Rono, Kenya, 1978)

7:38.79	Maree, USA
7:41.57 h	Abshire, USA
7:43.22	Boutayeb, Maroc
7:43.46	Délèze, Suisse
7:43.58	Arpin, France
7:44.08	Rousseau, Belgique

5000 m

(RM 12:58.39, Aouita, Maroc, 1987)

13:11.70	Ngugi , Kenya
13:15.52	Baumann, RFA
13:15.62	Regalo, Portugal
13:15.73	Kunze, RDA
13:15.85	Maree, USA
13:16.09	Do. Castro, Portugal
13:17.06	Ondieki, Kenya
13:17.14	Doherty, Irlande
13:17.48	Thiébaud, France
13:17.82	Barrios, Mexique
13:18.29	Laventure, France
13:18.68	Boutayeb, Maroc
13:18.69	Di. Castro, Portugal
13:19.16	Rousseau, Belgique
13:20.29	Danielsson, Suède
13:20.67	Anton, Espagne
13:20.75	Strömö, Norvège
13:21.02	A. Gomez, Espagne
13:21.3x	Dasko, URSS

10 000 m

(RM 27:13.81, Mamede, Portugal, 1984)

27:21.46	Boutayeb , Maroc
27:23.06	Martin, GB
27:23.55	Antibo, Italie
27:25.07	Barrios, Mexique
27:25.16	Kimeli, Kenya
27:26.00	Kunze, RDA
27:33.14	Panetta, Italie
27:36.73	Prianon, France
27:39.36	Arpin, France
27:40.36	Merande, Kenya
27:40.59	Tanui, Kenya
27:42.84	Di. Castro, Portugal
27:43.04	Yoneshige, Japon
27:43.30	Do. Castro, Portugal
27:43.64	M. Gonzalez, Mexique
27:46.16	Akutsu, Japon
27:46.80	Porter, USA
27:47.40	Halvorsen, Norvège
27:50.24	A. Abebe, Ethiopie
27:50.30	ten Kate, Pays-Bas
27:50.94	Barreto, Mexique
27:51.35	Ngugi, Kenya
27:52.27	Canario, Portugal
27:52.78	Prieto, Espagne
27:52.80	Cova, Italie
27:54.33	Vera, Equateur
27:56.26	Ignatov, Bulgarie
27:56.35	Bulti, Ethiopie
27:56.75	Kashapov, URSS
27:56.96	Williams, Canada

3000 m steeple

(RM 8:05.4x, H. Rono, Kenya, 1978)

8:05.51	Kariuki , Kenya
8:06.79	Koch, Kenya
8:07.96	Rowland, GB
8:12.00	Sang, Kenya
8:12.17	Lambruschini, Italie
8:13.99	Van Dijk, Belgique
8:14.39	Marsh, USA
8:15.97	Maminski, Pologne
8:16.01	Pannier, France
8:16.04	Panetta, Italie
8:16.27	Melzer, RDA
8:16.54	Brahmi, Algérie
8:18.02	Kipkemboi, Kenya
8:18.12	Baccouche, Tunisie
8:18.32	Wadderburn, GB
8:18.91	Hackney, GB
8:19.15	Le Stum, France
8:19.99	Fell, Canada

FEMMES

800 m

(RM 1:53.28, Kratochvilova, CSR, 1983)

1:56.0x	Olisarenko, URSS
1:56.0x	Jevsejeva, URSS
1:56.10	Wodars , RDA
1:56.36	Quirot, Cuba
1:56.40	Wachtel, RDA
1:56.42	Ivan, Roumanie
1:56.56	Gurina, URSS
1:56.7x	Matusävicene, URSS
1:56.82	Rogatcheva, URSS
1:56.91	Gallagher, USA
1:57.2	Lošovko, URSS
1:57.45	Zuniga, Espagne
1:57.50	Colovic, Yougoslavie
1:57.64	Chidu, Roumanie
1:57.77	Afanasjeva, URSS
1:57.80	Walton-Floyd, USA
1:57.82	Constantin, Roumanie
1:58.03	Podjalovskaja, URSS
1:58.10	Kovacs, Roumanie
1:58.1x	Chepkurui, Kenya
1:58.1x	Kitova, URSS
1:58.12	Tchuvachova, URSS
1:58.48	Reznikova, URSS
1:58.56	Kirjuchina, URSS
1:58.61	Baikauskaite, URSS
1:58.70	Dodika, URSS
1:58.70	Grebentchuk, URSS
1:58.84	Jatchmenjova, URSS
1:58.85	Derevjankina, URSS
1:58.86	Samolenko, URSS

1500 m

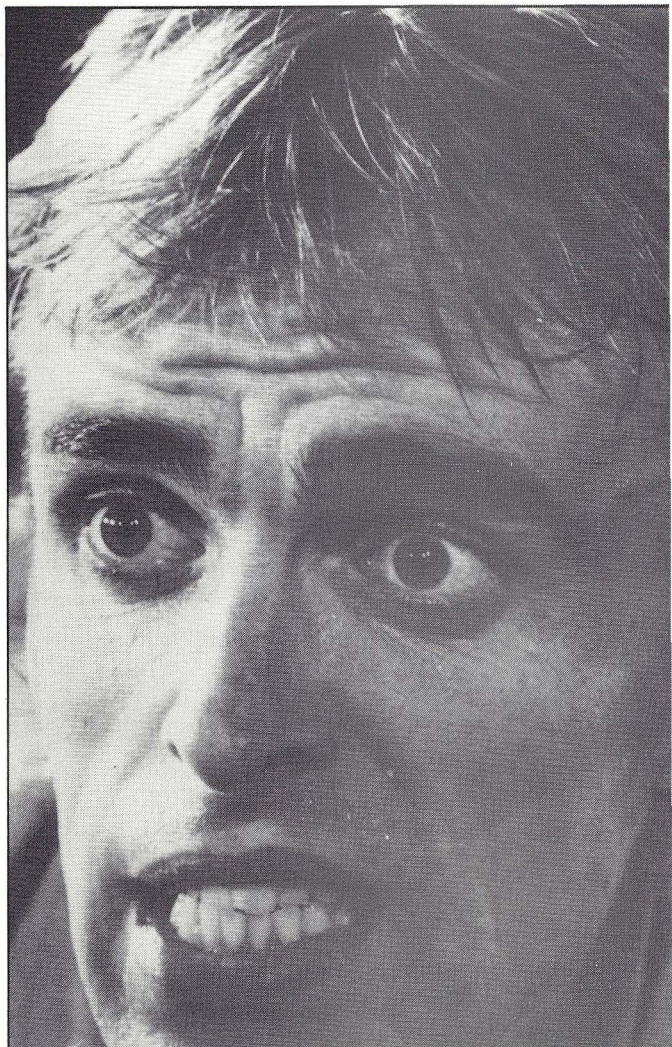
(RM 3:52.47, Kasankina, URSS, 1980)

3:53.96	Ivan , Roumanie
3:58.92	Slaney-Decker, USA
4:00.24	Baikauskaite, URSS
4:00.30	Samolenko, URSS
4:00.46	Jacobs, USA
4:00.64	Cahill, GB
4:00.85	Melinte, Roumanie
4:00.86	Williams, Canada
4:00.96	Hahmann, RDA
4:01.02	Kitova, URSS
4:02.41	Kremjljova, URSS
4:02.76	Ghican, Roumanie
4:02.84	Rodina, URSS
4:02.84	Jatchmenjova, URSS
4:03.29	Gallagher, USA
4:03.49	Constantin, Roumanie
4:03.74	Körner, RDA
4:04.20	Wysocki, USA
4:04.29	Rogatcheva, URSS
4:04.36	Besliu, Roumanie
4:04.57	Podkopajeva, URSS
4:04.69	Shtereva, Bulgarie
4:04.8x	Olisarenko, URSS
4:04.8x	Artjomova, URSS
4:04.87	Oehme, RDA
4:04.87	Reznikova, URSS
4:04.88	Van Hulst, Pays-Bas



GEORGE HERRINGSHAW

Liz McColgan (GB).



STÉPHANE GERBER

Pierre Déléze (Suisse).

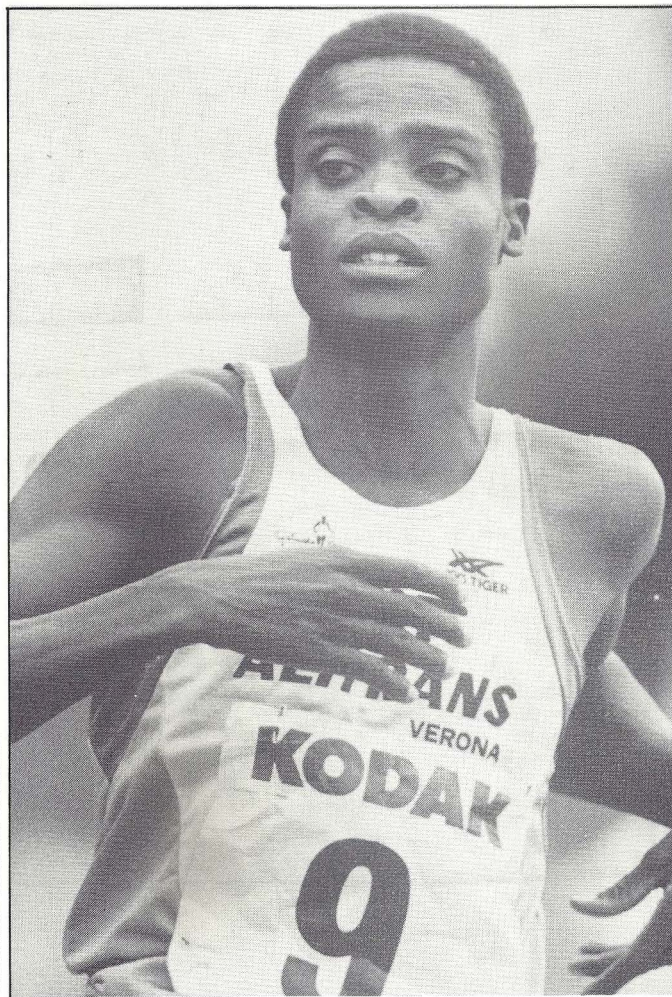
Très attendus cet été...

Moulay Brahim Boutayed (Maroc).

Wilfred Oanda Kirochi



GEORGE HERRINGSHAW



GEORGE HERRINGSHAW

4:04.96 Romanova, URSS
4:05.33 Wade, GB
4:05.62 Aouam, Maroc

3000 m

(RM 8:22.62, Kasankina, URSS, 1984)
8:26.53 **Samolenko**, URSS
8:27.15 Ivan, Roumanie
8:29.02 Murray, GB
8:30.45 Romanova, URSS
8:31.67 Artjomova, URSS
8:33.97 van Hulst, Pays-Bas
8:34.69 Slaney-Decker, USA
8:37.25 Huber, USA
8:37.30 Williams, Canada
8:37.70 Sly, GB

8:41.54 Besliu, Roumanie
8:41.79 h Ullrich, RDA
8:42.39 Ghican, Roumanie
8:42.50 Mc Coghlan-Lynch, GB
8:43.09 Tchistjakova, URSS
8:43.59 Kristiansen, Norvège
8:43.81 Bowker, Canada
8:43.95 Bondarenko, URSS
8:44.19 An. Sergent, France
8:44.79 Schupijeva, URSS
8:44.91 Dornhoefer, USA
8:45.00 Hahmann, RDA
8:45.21 Plummer, USA
8:45.69 Rodtchenkova, URSS
8:45.81 Bürki, Suisse
8:46.28 Stanescu, Roumanie
8:47.36 Hunter, GB
8:47.45 Knisely, USA
8:47.53 Galimova, URSS
8:47.59 A. Tooby, GB

5000 m

(RM 14:47.33, Kristiansen, Norvège, 1986)
15:03.29 Mc Coghlan-Lynch, GB
15:10.89 Kristiansen, Norvège
15:11.16 Bondarenko, URSS
15:11.83 Jennings, USA
15:12.7x Nelson, USA
15:15.2x Larrieu-Smith, USA
15:16.83 Sorokivskaja, URSS
15:17.02 Twomey, USA
15:17.77 Hunter, GB
15:17.89 A. Tooby, GB
15:18.24 An. Sergent, France
15:18.71 Webb, USA
15:20.23 Ullrich, RDA
15:23.77 Artjomova, URSS

15:25.84 Bouchonneau, Suisse
15:26.2x Lee, Canada
15:28.47 Hand, USA
15:30.95 Dornhoefer, USA
15:31.0x Cathey, USA
15:32.34 Shields, GB

10 000 m

(RM 30:13.74, Kristiansen, Norvège, 1986)
31:05.21 **Bondarenko**, URSS
31:06.99 Mc Coghlan-Lynch, GB
31:19.82 Shupijeva, URSS
31:26.79 Ullrich, RDA
31:31.37 Kristiansen, Norvège
31:35.52 Larrieu-Smith, USA
31:38.02 Matvejeva, URSS
31:39.93 Jennings, USA
31:40.23 Xiuting Wang, Chine
31:42.02 Chramenkova, URSS
31:42.8x Lehane-Welch, USA
31:46.53 Sorokovskaja, URSS
31:50.51 Lee, Canada
31:51.27 Nelson, USA
31:52.04 Machado, Portugal
31:53.36 Sly, GB
31:55.67 Qingmei Chen, Chine
31:56.33 Artjomova, URSS
32:04.0x Westlund, Suède
32:04.52 Quinghuan Wang, Chine
32:04.78 An. Sergent, France
h : en salle ; x : manuel

Champ. mond. en salle, Budapest, Hongrie, 3-5 mars ("Sport") - 800 m: Erang (Ken)
1:44.84 RM (a. RM: Coe, GB, 1:44.91), Barbosa (Br) 1:45.55, Viali (I) 1:46.95, Redwine (USA), Brown (USA), Billy (GB). - 1500 m: O'Sullivan (Irl) 3:36.64, Fuhlbrügge (RDA) 3:37.80, Atkinson (USA) 3:38.12, Maree (USA), Phéliepeau (F) 3:38.76, Kuncicky (CS), Afanashev (URSS), Pancorbo (E). - 3000 m: Aouita (Mar) 7:47.94, Gonzalez (E) 7:48.66, Baumann (RFA) 7:50.47, Padilla (USA) 7:50.93, O'Mara (Irl) 7:52.21, Zorko (You) 7:52.26, Carreira (E) 7:53.22, Mei (I) 7:53.73. - 800 m f.: Wachtel (RDA) 1:59.24, Grebebtchuk (URSS) 1:59.53, Kiessling (RDA) 1:59.68, Beclea (Rou) 2:00.26, Lesh (RFA) 2:01.05. - 1500 m f.: Melinte (Rou) 4:04.79, Kitova (URSS) 4:05.71, Mai (RDA) 4:06.09, Jachmenova (URSS) 4:06.52, Constantin (Rou) 4:09.74, McColgan (GB). - 3000 m f.: van Hulst (NL) 8:33.82 RM (a. RM: Budd, RSA, 8:39.79), McColgan (GB) 8:34.80, Keszeg (Rou) 8:46.70, Michallek (RFA) 8:49.66, Morris (GB), Borisova (URSS), Agoston (Hon).

1 heure, La Flèche, France, 25 mars ("L'Equipe") - Levisse * 20 km 4298 RN (a. RN: 20 km 305, Rault, 1973; mais aussi 20 km 340, par Boxberger, 1980, en l'absence d'un chronométr. officiel), Itsweire 20 km 4168, Do. Chauvelier 19 km 6205, Di. Chauvelier 19 km 6205, Besnard 18 km 1961... * 58:48.9 aux 20 km.

Marathons

Sy Mah

L'homme aux 524 marathons est décédé à 62 ans d'une maladie du sang contractée à Mexico. Nous y reviendrons.

Marathon nat., La Havane, Cuba, 28 janv. (Mengoni) 37 part., 25 cl. - J.R. Rodriguez 2:20:40... **Durruty** 2:43:39 **RNO**... **Wilson**...

Marathon de Brazzaville, Congo, février (Pinaud) - Ngabé 2:47:21... **Semi f.**: Langlacé...

Yokohama Women's Ekiden, Japon, 26.2. 42.2 km en relais à 6: 5 km + 10 km + 5 km + 10 km + 7,195 km + 5 km. ("R. Stats") - 1. **Chine** (Qinghuan Wang 15:49, Huan Zhong 32:15, Jihua Hou 15:26, Hunbi Wang 31:52, Xiuxia Li 24:46, Hongyan Xiao 17:25) 2:18:33; 2. **Japon** (Hayakava 16:16, Asahina 32:57, Fujiwara 16:10, Matsuno 32:05, Maki 24:45, Kojuna 17:27) 2:19:40; 3. **URSS** (Romanova 15:48, Zhiupieva 33:25, Artemova 15:47, Kramenkova 33:50, Matveeva 25:13, Bondarenko 15:53) 2:20:55; 4. **USA** (Webb, Begley, Twomey-Bellamy, Chamberlain, Plumer) 2:21:41; 5. **GB** 2:23:48; 6. **N. Zél.** 2:23:51; 7. **RFA** 2:25:42; 8. **Canada** 2:26:24... 16. **Finlande** 2:31:14...

Hivernale de Limoges, France, 5 mars Env. 500. - Pannetier 2:32:20, Pajot 2:35:47, Taplin (GB), Bélingard 2:38:35... 20 km: Mausset 70:12, Desmarais 71:29, Roulet 72:20... Nous n'avons reçu qu'une coupure de presse (merci), sans indic. des vét. et des femmes (NT).

Marathon f., Nagoya, Japon, 5 mars ("R. Stats") - Youfeng Zhao (Chine) 2:28:20, Buist (NZ) 2:29:09, Ishikura 2:34:02, Yamashita 2:34:59, Ellis (GB) 2:35:22, Drake (NZ), Tsukihlo (URSS) 2:36:12... 10. Bornet (F) 2:40:22... Ilands (B) 2:41:18...

Marathon de Los Angeles, USA, 5 mars 18'861 partants = + 12 % ! ou la preuve que tous les Américains ne font pas encore du triathlon ou du "mountain bike" ! (NT) - Abandon de Plaatsjes, 2e, au 30e km (ampoules), de Pizzolato au 23e km (chaleur). 17°C au dép., 24°C à l'arrivée.

Shahanga a mené jusqu'au 41e km (Bleasdale), Boileau (Can) 2:13:01, Ortiz (Col) 2:13:28, Tjela (Les) 2:14:30, Shahanga (Tan) 2:15:32, Meyer 2:16:46, Kodama (Jap) 2:17:14, Birnie (NZ), Rico (Mex), Campbell (NZ, v) 2:17:51, Lopez (Mex), Zhihan (Chine), Lorenzetti (I), Santana (Br), da Silva (Br), Porotov (URSS) 2:20:31... 17. Valdmaa (**Estonie**) 2:21:47... 20. Rodgers (v) 2:22:24... 27. Münzel (D) 2:25:35... Mondragon (Mex)... 35. Suizo (Phil)... 38. Tsarski (**Estonie**) 2:31:24... **Fémin.** : Ivanova (URSS) 2:34:42, Mota (Por) 2:35:27, Durinina (URSS) 2:40:25, Lohr-Crus, Reina (Mex)... 7. Eichelmann (**Estonie**) 2:44:42... 14. Vanput (B) 2:52:24... **ch. roul.**: Knaub 1:46:52 !, Molinatti 1:46:55 !... **Cable-Brookes** 2:07:03...

Marathon du Mt Meru, Tanzanie, 12 mars Robert 2:14:40, Sakitai 2:15:40...

Marathon de Tel Aviv, Israël, 16 mars Bonne organis., accueil très sympa. Conditions idéales, temp. 10-12°C (Louison) - de Souza (Br) 2:13:23, Louison (F) 2:14:50, Lupa (Pol) 2:16:00, Duprix (B) 2:16:09, Montini (I) 2:16:39, Lantos (Hon)... 10. Gerber (CH) 2:19:50, Grimon (B) 2:24:29... 22. X (V2) 2:41:53... 1ère f. : **alqa uau** 3:12:20

Champ. nat., Szeged, Hongrie, 18 mars (Monspart) Szücs (24) 2:15:36, Sulyok 2:15:50, G. Farkas (25) 2:16:13, Zabel (RDA)... 9. Koszegi 2:21:46... 38. Petrakova (CS) 2:38:30... **Ozené** (35) 2:41:12... **Janko**... puis **Egyed** (20) 2:49:40... **Zsilak** (47) 2:50:17... (Pinter)

Marathon de Steinfurt, RFA, 18 mars Praet (B) 2:26:14, Siemaszko (Pol) 2:27:04...

12e marathon Catalunya, Barcelone, 19 mars AIMS. - Env. 3200 part., dont... **plus de 600 Français** ! Encore un nouveau parcours, moins dur qu'en 1988. Conditions idéales, très bonne organis., sauf pour le ravit., au dire de certains: ou la nécessité de se bourrer de glucides les jours d'avant ! **Atmosphère chaleureuse** mais surtout dans l'aire d'arrivée. Encouragements, avant tout pour **Catalan**, ce vétéran suspendu pour deux ans pour avoir couru un 100 km en Afrique du Sud - **un coureur, c'est si léger à suspendre. Alors qu'un banquier ou un industriel...** - Sans dossard, Catalan réussit env. 2 h 23. (NT) - Kurtis (USA) 2:16:37, T. Hughes (Irl) 2:16:43, **Joannes** (F) 2:16:57, Zachariasen (DK) 2:18:29, Castro 2:18:39, Cox, Gil, Rastello (I) 2:21:30... 22. V. Bernard (F) 2:28:47... Evans (Wa, v) 2:29:29 - 26 à 2 h 30, 503 à 3 h - ... 47. Berges (F) 2:34:40... **Pelm** (F) 2:35:06... 63. Van de Gehuchte (B) 2:37:42... 71. Desmet 2:38:40... Bardet 2:39:32... Maury 2:40:31... C. Roig (F) 2:40:45, Armand 2:40:46... Delbruel 2:40:59... Thiedé 2:41:33... Jurek, Heath (GB) 2:41:48... Versmick 2:42:06... 115. **Pucurull** 2:42:39... Lascours 2:44:16, Flandin... Cazaubron 2:44:44... Bertelli 2:45:38, Prat... Camus 2:46:01... Hermouet 2:47:38, Hourne... Fargeix 2:47:51, Chantreaux... 212. Abadie 2:48:36... L. Watson (GB, v) 2:49:08... Barral... Monnier 2:49:38... Renavent... Toggetti 2:49:54, Bigot... Couture 2:50:08... Arrivé à la 6e place, un vétéran, qui protesta (!), fut éliminé dès qu'on eut prouvé qu'il avait triché...

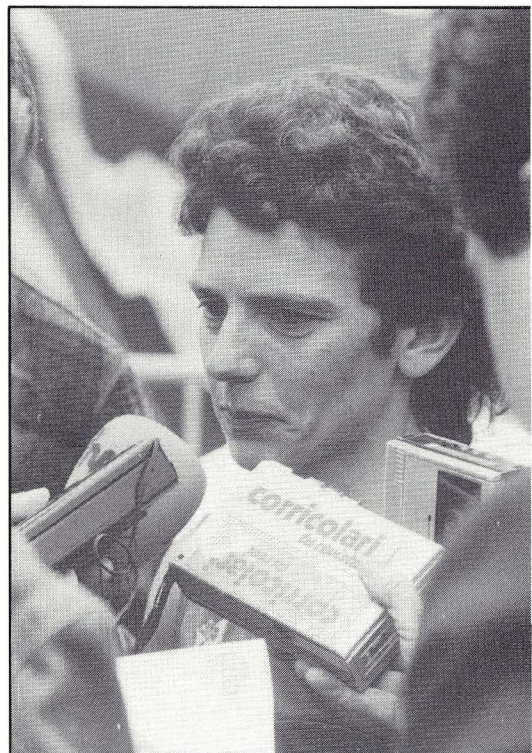
Marathon de Tokyo, Japon, 19 mars ("Leichtathletik") - Taniguchi 2:09:34, Hellebuyck (B) 2:12:16, Kim 2:16:55, Sawicki (Pol), Ngioka (Ken), Pra-czek (F) 2:18:28, Maisiba (Ken)... W. Belaye (Eth) 2:18:52... 11. Lafranchi (CH) 2:19:21, Paumen (B)...

Marathon de Toulouse, F, 26 mars 1000 part. et toujours le problème de la circ. (Lavigne) - Collars 2:24:21, Ramanich 2:26:29, Ceadeau (handi) 2:26:43, Hurtes 2:27:33... Lacues (E) 2:34:48... **Laville** 2:45:25... **Mauray** (v) 2:59:24...

(suite à la p. 22)



*Contre la suspension
de Catalan, coupable
d'avoir couru
en Afrique du Sud.*



*La Belge
Van de Gehuchte,
1ère femme.*

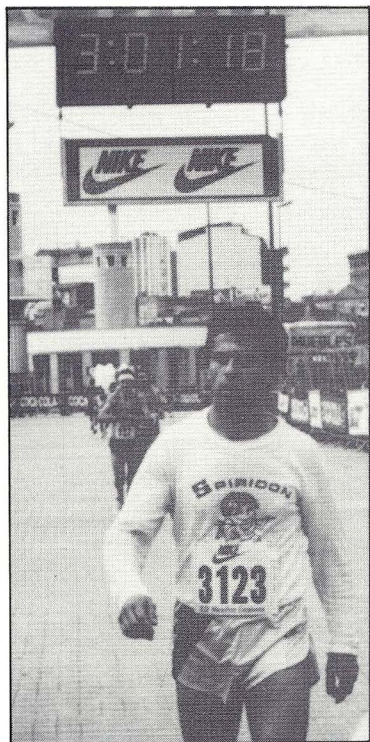
*Fanfare
et majorettes*



Plus de 600 Français au marathon de Barcelone!

photos Noël Tamini

*Jean-Pierre Rech, rédacteur en chef
de VO₂mag, le nouveau magazine.*

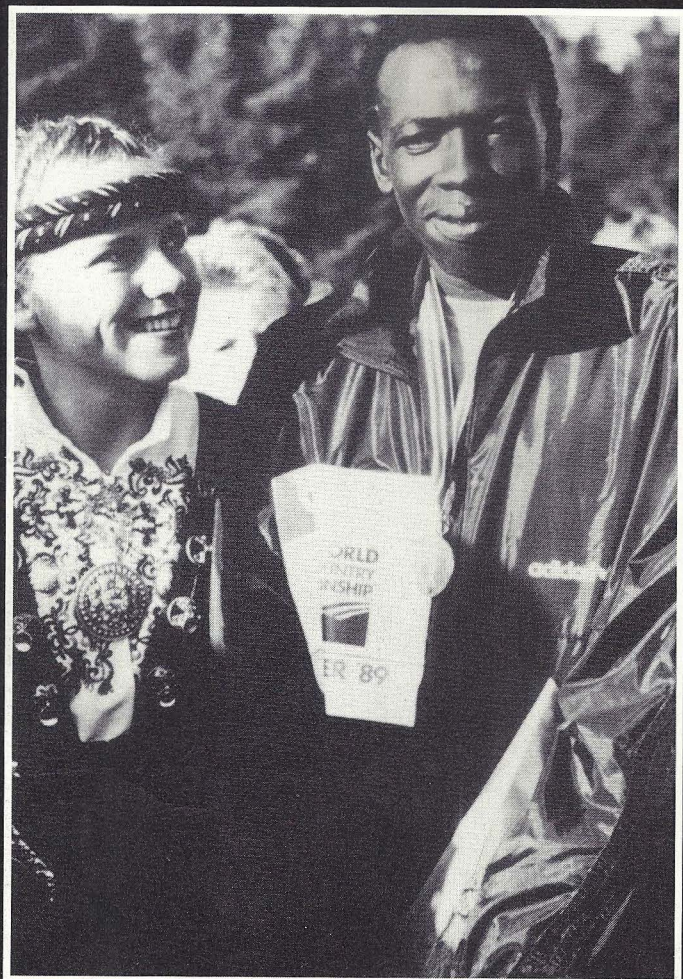


Visait-il les 3 heures?



Le Français Joannès, 3e.



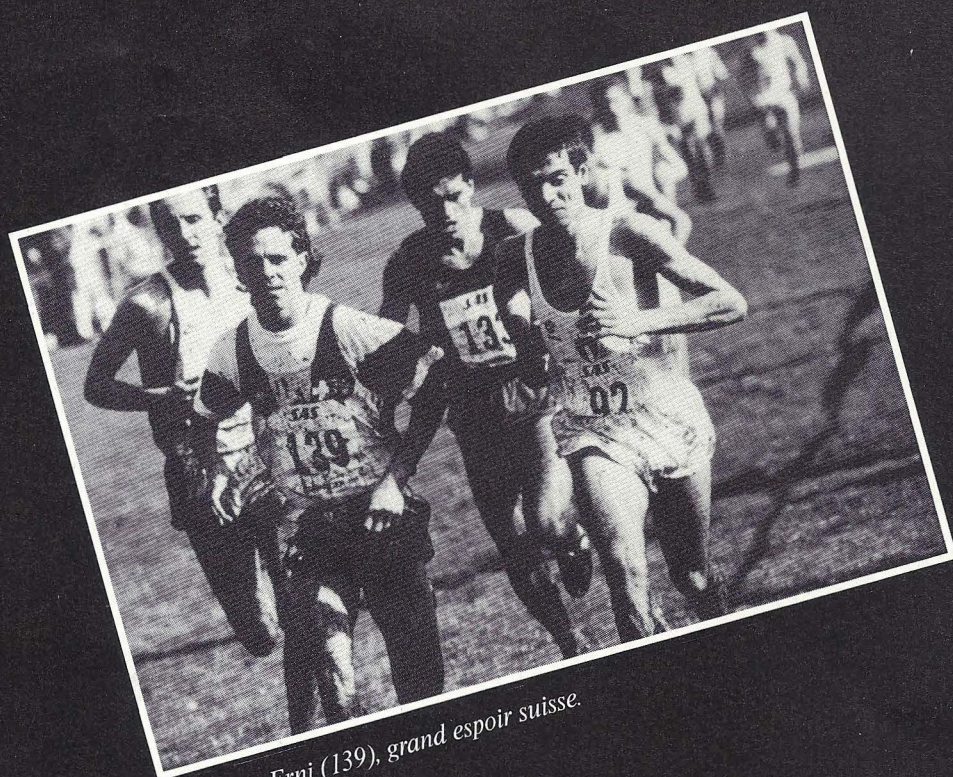


Ngugi, souverain, et puis ravi.

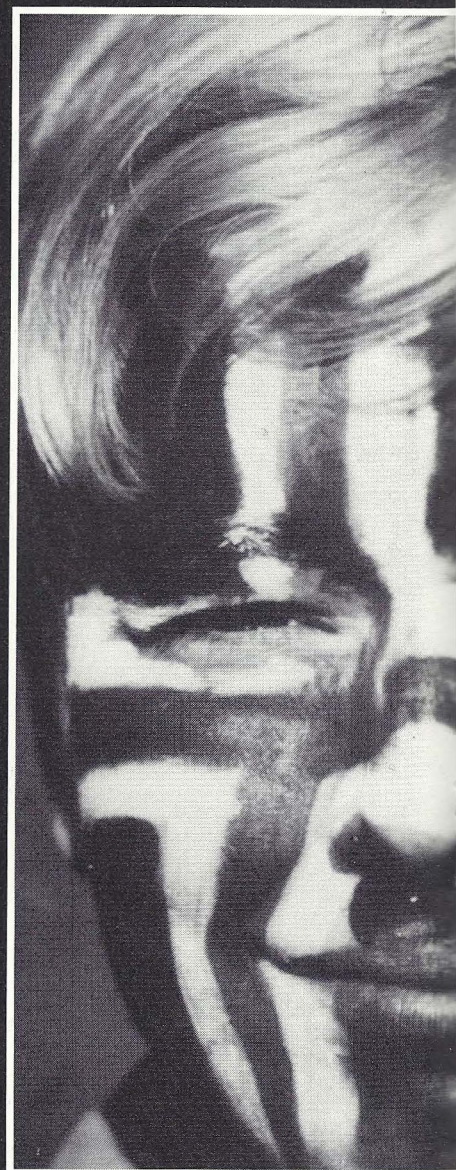


*Souvenirs
du championnat
mondial de
cross*

Photos Mark Shearman



Le junior Erni (139), grand espoir suisse.



Il n'avait d



Départ des seniors. Dont le Français Pantel, d'emblée placé.



*Annette Sergent,
2e victoire.
Et maintenant
en piste!*



veux que pour Waitz et Kristiansen. Hélas...



*L'Américaine Borovicka
et la Suisse Pipoz,
surprenante.*

Championnat mondial de cross, Stavanger, Norvège, 19 mars

Seniors (12 km, 195 cl., 22 équipes)

1. John Ngugi, Kenya 39:42
 2. Tim Hutchings, GB 40:10
 3. Wilfried Kirochi, Kenya 40:21
- Moneghetti (Aus), T. Tesfaye (Eth), A. Gomez (E), Masai (Ken), Kipkemboi (Ken) 40:34, Tanui (Ken), Halvorsen (Nor)

11. Le Stum (F) 40:48, Clarke (GB), Kiptum (Ken), Bettiol (I), Esparcia (E), Pantel (F) 41:03, Alario (E),

21. Levisse (F) 41:09, Mochrie (GB), Dogan (Tur), Polo (E), Merande (Ken), Di. Castro (Por) 41:24, Woldelessie (Eth), Terzer (I), de Freitas (Br), Eyestone (USA),

31. Porter (USA) 41:31, Bebito (Pol), Melese (Eth), Wijnjs (B), Curtis (Irl), Ruto (Ken), Debebe (Eth), Do. Chauvelier (F) 41:47, Coogah (USA), Ntawulilura (Rwa),

41. J. Silva (Por) 41:50, Wilson (Aus), Mamede (Por), Kinuthia (Ken), Lewis (GB), Laventure (F) 41:58, Bulbula (Eth), Matias (Por)...

52. Levant (F) 42:03... 54. Barreau (F), H. Boutayeb (Mar)... 60. N. de Castella (Aus) 42:46... 74. Kashapov (URSS) 42:30, Do. Castro (Por)... 85. Prieto (E)... 92. Ekblom (Fin), Martin (GB)... 99. ten Kate (NL), Graf (CH) 42:59, Dasko (URSS), Vanhuylbroeck (NL) ... 11. Watrice (F) 43:14... Prianon (F), Mei (I)... 132. Syroejko (URSS) 43:36... Boileau (Can), Turnbull (GB)... 195. Chutto (MRI) 51:21.

1. Kenya 44 pt, GB 147, Ethiopie 162, France 187, Espagne 189, Australie 284, Portugal 305, Italie, USA, Brésil, P. ologne, Norvège, NL, Irlande, Canada, Suède, Japon, URSS, Finlande, Maroc, DK, Islande.

Femmes (6 km, 118 cl., 19 équipes)

1. Annette Sergent, France 22:27
2. Nadeja Stepanova, URSS 22:34
3. Lynn Williams, Canada 22:41

Ngotho (Ken) 22:57, Perkins (Aus), Jennings (USA), Hunter (GB), Collard (B) 23:01, Romanova (URSS), Lelut-Rebello (F) 23:03,

11. Luchia (Eth), Ferreira (Por), Pain (GB) 23:15, McDonagh (Aus), Earkelo (Eth), Groos (USA), Fays (F) 23:21, Dias (Por), Machado (Por), Sorokivskaja (URSS),

21. Borovicka (USA), Pipoz (CH) 23:28, Derartu (Eth), Toivonen (Fin), Hand (USA), Hobson (Aus), Chistyakova (URSS), Wyeth (GB), Dornhoefer (USA)... 32. Duros (F) 23:48... Aerts (B) 38. Matsuno (Jap)... 46. Sena (Por)... Tigris (Eth)... 53. Demilly (F) 24:11, Munerotto (I), O'Connor (NZ)... 59. Nauer (CH) 24:14... 67. Artemova (URSS) 24:21... Pozdnjakova (URSS) ... 79. Moretti (CH) 24:40... 89. Moore (NZ) ... C. Brunet (E)... Murcia (F) 25:12... 106. Moe (Nor) 26:02... 118. Palsdottir (Isl) 29:48.

1. URSS 58 pt, France 60, USA 68, Portugal 84, Ethiopie 98, GB 99, Australie, Canada, Belgique, Japon, NZ, Finlande, Espagne, Italie, Irlande, Norvège, Danemark, Brésil, Islande.

Juniors (8 km, 134 cl., 23 équipes)

1. Addis Abebe, Ethiopie 25:07
 2. Kipyego Koriria, Kenya 25:31
 3. Steven Nyamu, Kenya 25:33
- Osano (Ken), Kosgei (Ken), Dube (Eth), Legesse (Eth), B. Tesfaye (Eth), Leuprecht (I) 26:07, Herpasa (Eth),

11. Gebremedhin (Eth), Duval (GB), Birir (Ken), Cichochi (Pol), Erni (CH) 26:34, Yanagi (Jap), Modica (I), Pujolar (E), Bartoszak (Pol), Kavanagh (Aus)... 26. Morceli (Alg) 27:05... 37. Sirex (F) 27:20... Saudrais (F) 27:26, Cleyes (B)... 47. Bondarenko (URSS)... 72. Ayari (F) 28:08, Morath (CH)... Picard (F) 28:14... Schmutz (CH) 28:21... 99. Jacquemin (B) 28:40

... 114. Munger (CH) 29:11... 134. Adaken MRI) 34:23.

1. Kenya 14 pt, Ethiopie 22, Italie 76, GB 95, Pologne, Espagne, Japon, Algérie, Australie, Canada, France 226, RFA, Turquie, Hongrie, Suisse 284, USA, Finlande, Belgique, NZ, Suède, URSS, Norvège, R.A.Yémen.

Juniors fém. (4 km, 114 cl., 19 éq.)

1. Malin Everloef, Suède 15:23
2. Olga Nazarkina, URSS 15:30
3. Esther Saina, Kenya 15:41

Wangari (Ken) 15:59, Ekimat (Ken), Harvey (Can), Terasaki (Jap), Sama (Por), Walsham (Aus), Hall (USA) 16:15... 17. Sacramento (Por) 16:23, Khaliman (URSS)... C. Machado (Por) 16:29, Alekseeva (URSS)... 23. Ciu (Rou) 16:34, N. Ouaziz (Mar)... 27. Epishkina (URSS), Lorupe (Ken), Nesterova (URSS), Baudrand (F) 16:51... 33. C. Martin (F) 16:54... 36. Bortoi (Rou) 16:56... Gilbert (F), L. Diaz (Por)... S. Ouaziz (Mar) 17:05... Fuseau (F) 17:06... Fontaine (F) 17:07, Chavula (Zam)... 57. Sancey (F) 17:12... Nemry (B) 17:15... 63. Tschopp (CH) 17:20... 67. Asik (Tur)... 73. Olaru (Rou) 17:29, AP Oliveira (Por)... 88. Tschäppât (CH) 17:40... Heuberger (CH) 17:46, Buia (Rou)... 104. Staicu (Rou) 18:15... 114. Souay (Alg) 19:50.

1. Kenya 40 pt, URSS 68, Portugal 84, Japon, Canada, USA, Espagne, France, Maroc, Australie, Finlande, Roumanie, GB, Hongrie, Norvège, Irlande, Zambie, Italie, Algérie

Classt "général" (12 pays avec 4 équipes) : GB 571 pt, France 622, Espagne 690, Australie, USA, Italie, Canada, Japon, URSS, Finlande, Irlande, Norvège.

(suite de la p. 18)

Marathon de Nice, France 8 avril

("Sport") Levisse 2:15:43, Boxberger 2:16:06, Salmi (Alg) 2:17:03... Rueda (Col) 2:42:51 ... Boude 2:46:25...

Marathon de Maasluis, NL, 8 avril

("R. Stats") Vermeule 2:12:22, v.d.Herten (B) 2:13:15, Dirks 2:13:16, Rydzewski (Pol) 2:15:55... 8. v. Huylbroeck (B) 2:18:02... Eichelmann (Est.) 2:46:05...

Marathon de Nantes, F, 9 avril

("L'Equipe") Fonseca (Por) 2:20:20, Julien 2:20:29, Muylaert (B) 2:20:47, Moreau 2:21:20, Muylaert (B) 2:22:43, Meunier, Jourdain... 10. Drouet 2:25:48...

America's Ekiden, New York, 9 avril

(D. Martin) 42,2 km en relais à 5: 5 km + 10,8 km + 9,3 km + 7,1 km + 10 km. - Irlande 1:58:20 (O'Sullivan 13:47, Treacy * 30:28, Curtis * 26:17, O'Mara 20:00, Doherty* 27:50), USA 1:58:44 (Scott* 13:35, Spence 30:39, Eyestone 26:22, Brantly* 19:49, Porter 28:20) GB 1:59:04 (Hutchings 13:36, Binns 30:42, Staines 26:31, Lewis 19:59, Martin 28:17), Mexique 2:01:02 Japon 2:02:10, Kenya (Boinett, Nyangincha, Rugut, Ondieki, Koech) 2:03:33... 7. URSS 2:03:49... 8. Italie 2:04:51. - * Resp. 8000 \$, 8000 \$, 8000 \$, 7000 \$, 7000 \$.

Marathon de Rotterdam, NL, 15 avril

("R. Stats") Densimo (Eth) 2:08:39, Cruz (Mex) 2:09:24, ten Kate 2:10:03, Sunaga (Jap) 2:10:29, Herrera (Mex) 2:10:53, David (CS) 2:13:21, Vrbel (CS), T. Gebre (Eth) et L. Gebremedhin (Eth) 2:13:33, Assemat (F) 2:13:35 ... 16. Minni (F) 2:19:29... Murgoci (Rou) 2:32:03 R... Sojevic (You) 2:39:19...

Marathon de Jussy, Suisse, 16 avril

Excellente organis. et beau parcours dans la campagne. (Ogier) Schwitzgübel 2:30:54, Ferreira 2:31:36, Zehfus... Ziltener 3:16:20...

3e Coupe du Monde, Milan, Italie, 15-16 avril

(Oneto) - Fémin. (59 cl.) : Marchiano (USA) 2:30:48 (1:14:38), Miyahara (Jap) 2:35:16, Pip-pig (RDA) 2:35:17, Kramenkova (URSS) 2:35:20, Jagodina (URSS) 2:35:55, Hyodo (Jap), Yuan Li (Chine) 2:39:20, S. Kim (Cor. N.), Finke (RDA), Roden (GB), Scaunich, Bonnet (F) 2:40:12, Jegorova (URSS) Lihua (Chine), Striuli, Villetton (F) 2:41:31... 22. Geffray (F) 2:42:26, Irizar (E), Prat (E)... 29. Sahli (CH) 2:45:42... 34. Poirot (F) 2:47:20... Tsukhlo (URSS), Darami (Mar) 2:48:01... 46. Ng (HK) 2:55:04... Melis (Aruba) 3:07:53, van Looy (B), Akkrachi (Mar) 3:09:00... 59. Mulenga (Zam) 3:31:54. - Abandon de Lelut (F), Fogli, Ivanova (URSS), Maraoui (Mar), etc.

Hommes (119 part., 96 cl.) Abandon de Bishop (GB), Heilmann, Freigang et Seidemann (RDA), Nicosia, etc. - 1. M. Keleke* (Eth) 2:10:28 (1:04:50), Nedi (Eth) 2:10:36, Poli 2:10:49, Kashapov (URSS) 2:11:07, Chauvelier (F) 2:11:24 ... sur sa valeur de 1988, lorsque des "spécialistes" lui refusèrent les J.O. (NT), Itswere (F) 2:11:40, Bettiol 2:12:41, T. So (Jap) 2:12:53, Wachenbrunner (RDA) 2:13:08, Dobler (D) 2:13:51, Dos Santos (br) 2:13:57, Tabak (URSS) Shagiev (URSS), O. Faustini, R. Gonzalez (Cuba)... 21. Pizzolato 2:15:46, A. Gonzalez (F) 2:15:47... Alemayehu (Eth) 2:16:16... Lahkim (Mar) 2:16:49, Constant (F) 2:17:06... Samarasinghe (S.Lanka) 2:17:35... 35. Mory (B)... Umberg (CH) 2:18:02... Tafa (Eth) 2:18:23, M. Abdi (Dji)... Mukuka (Zam) 2:19:06, Sobhi (Mar) 2:19:09, Moussa (Dji) 2:19:18... 50. Maréchet (F) 2:20:14... Marti (CH) 2:20:37... Matlapeng (Bot) 2:21:58... Lyrenmann (CH) 2:22:23... Barrett (Aus)... de Vocht (B) 2:23:11 ... T. Oliveira (Por) 2:23:52... Dacha (Mar) 2:25:46... 79. Debaisieux (B) 2:27:59... Klein (USA)... M. Thompson (GB) 2:34:10... Mooneesamy (I.Maur), Albert (Sey) 2:36:51... 96. Boubia (Mar) 2:47:12.

* 20 ans, champ. du monde jun. des 20 km à Sudbury, 2 h 16:10 jusqu'ici !

PAR NATIONS: Ethiopie 6:37:20, Italie 6:37:51, France 6:38:51, URSS... 13. Suisse...

Fémin. : URSS 7:51:29, USA 7:56:17, Chine 7:57:07, Japon, Italie, France...

8e marathon du Cher, Aubigny, F, 16 avril

3e victoire (et record) de Brigitte Levu, jeune femme sympathique, d'une gentillesse et d'une simplicité remarquables. Et elle communique à tous son bonheur de courir: c'est une véritable joie pour un organis. que d'accueillir des athlètes d'une telle qualité humaine. (Gendre) - 360 cl. - A. Afonso 2:22:51, Serrier 2:29:08, Lagarde 2:29:29, Ribeiro Dreano (v) 2:29:51... Gallis (v) 2:32:28... 31. Petit (v2) 2:39:42... 89. Levu 2:53:18... 189. Geffroy (v) 3:10:17... Poulain 3:26:08...

Marathon de Vienne, Autriche, 16 avril

("Sport") 3200 part. - A. Shahanga (Tan) 2:10:28, Hartmann 2:13:00, Skardinski (Pol) 2:13:25, Borka (Hon) 2:14:48... 7. Masong (Tan) 2:18:29 ... Vahlensieck (D) 2:34:46... Panovska (Bul) 2:38:55...

Marathon de Boston, USA, 17 avril

Env. 990 en 3 h, 3000 en 3:30. (Bleasdale) - Mekonnen (Eth) 2:09:06 et 45 000 \$, Ikangaa (Tan) 2:09:54 et 22 000 \$, Treacy (Irl) 2:10:23 et 15 000 \$, Hussein (Ken) 2:12:41, Campbell (NZ, vét. !) 2:14:19 et 17 000 \$, Haali (Tan) 2:14:59, Alcalá 2:15:51, Itoh (Jap) 2:16:19, Wuresa (Eth) 2:17:31, Wills 2:17:40, Marczak (Pol) 2:17:43... 18. Abbraha (Eth) 2:22:20... Taff (F) 2:23:01... Fémin. : Kristiansen (Nor) 2:24:33 et 45 000 \$, Buist (NZ) 2:29:04 et 22 000 \$, Jones 2:29:34 et 15 000 \$, Asai (Jap) 2:33:04, Weidenbach 2:33:18, Welch-Brady 2:34:16, Welch (GB,v) 2:34:50 ?, Lapierre (Can) 2:35:51, Benoit-Samuelson 2:37:52... 13. Hearn (GB) 2:41:39...

Marathon de Lyon, France, 23 avril
 Youkmane (Alg) 2:14:42, Tounsi 2:14:45,
 Moreira (Por) 2:15:54...

Marathon de Montpellier, F, 23 avril
 Vieira 2:20:02, Pichon 2:20:18, Jalaguier
 2:21:22... Boude 2:49:28...

Marathon de Munich, RFA, 23 avril
 ("Sport") 7100 part. - Steffny 2:11:30, Altün
 (Tur) 2:12:40, Vilho (Br) 2:13:06, Silva (Br)
 2:13:23, Rech 2:13:27, Perszke (Pol) 2:14:07,
 Tesacek (?) (CS) 2:14:08... 31. Haid (CH)
 2:27:08... Schnyder (CH) 2:27:36... Mayal (Br)
 2:37:04... Bitzer 2:44:34...

Marathon de Londres, GB, 23 avril
 (Mouat) 23'700 part., 2202 à 3 h, 50 000 \$
 à chacun des vainqueurs; conditions idéales.
 Victoire du meilleur, qui sut attendre le der-
 nier moment - à 200 m - pour démarrer après
 avoir vu accélérer chacun des premiers. -
 Victoire intelligente de Véronique Marot,
 qui laissa Cunha et même Panfil, parties trop
 fort, ralentir avant de les passer après le
 30e km (NT, grâce à Sky Channel...) - **Handic.**
 les 4 premiers à 1 h 59 ! - Wakihiuri (Ken)
 2:09:03, Moneghetti (Aus) 2:09:06, Salah
 (Dji) 2:09:09, Matias (Por) 2:09:43, Nyambui
 (Tan) 2:09:52, Milovsorov (GB) 2:09:54, Peter-
 sen (USA) 2:10:04, Bulti (Eth) 2:10:32, Naka-
 mura (Jap) 2:11:51, Guowei (Chine) 2:12:03
 - 2:17:05 en 1988 - O'Reilly (Irl) 2:12:16,
 Wheway 2:12:22, Hutton 2:12:47, Guta (Eth)
 2:12:49, Stuart, J. da Silva (Br) 2:12:57, Zacha-
 riasen (DK) 2:13:15... 19. Forster 2:13:31...
 32. Y. Dukai (Dji) 2:16:50... Shangyen (Chine)
 2:17:32... 41. Oliver (F) 2:18:56... Morice (F)
 2:19:44... 50. Abdillahi Hared (Dji) 2:20:48...
 Nechchadi (Mar) 2:21:13... 100. V. Marot
 2:25:56... Moftaqir (F) 2:26:19...

Féminines (env. 80 à 3 h 00 !) -
 Marot 2:25:56 RN, Panfil (Pol, 30, 2:32:23
 en 1988) 2:27:05, Cunha (Por) 2:28:11, Ras-
 mussen (DK) 2:29:34, Smekhnova (URSS)
 2:30:15, Palm (47 !, S) 2:31:05, Pain, Harding,
 Teske (D) 2:32:34, C. Ferreira (Por) 2:32:50,
 Catford, S. Ellis, Chylinska (Pol), Clarke,
 Grottenberg (Nor) 2:35:01, Branney, R. Ellis
 M. Samy, Polyzou (Gr) 2:37:03, Rembert (F)
 2:37:04... 26. Penny, Kokowska (Pol) 2:40:22,
Rueda (Col) 2:40:31... O'Connor (NZ) 2:42:47...
 Conz (USA), v. Gysel (B) 2:44:02... Laville
 (F) 2:44:46... Golfieri (F) 2:45:35... 49. Wolff
 (D) 2:50:57... L. Watson 2:52:10... 72.
 Goy (CH) 2:59:11...

MEILLEURS PERFORMERS DE 1989

2:08:39	Densimo, Ethiopie, Rotterdam
2:09:03	Wakihiuri, Kenya, Londres
2:09:06	Mekonnen, Ethiopie, Boston
2:09:06	Moneghetti, Australie, Londres
2:09:09	Salah, Djibouti, Londres
2:09:24	Cruz, Mexique, Rotterdam
2:09:34	Taniguchi, Japon, Tokyo
2:09:43	Matias, Portugal, Londres
2:09:52	Nyambui, Tanzanie, Londres
2:09:54	Ikangaa, Tanzanie, Boston
2:09:54	Milovsorov, GB, Londres
2:10:03	ten Kate, Pays-Bas, Rotterdam
2:10:04	Kaitany, Kenya, Houston
2:10:04	Petersen, USA, Londres
2:10:28	Zelege, Ethiopie, Milan
2:10:28	A. Shahanga, Tanzanie, Vienne
2:10:29	Sunaga, Japon, Rotterdam
2:10:32	Bulti, Ethiopie, Londres
2:10:33	Treacy, Irlande, Boston
2:10:36	Nedi, Ethiopie, Milan

Femmes

2:24:33	Kristiansen, Norvège, Boston
2:25:56	Marot, GB, Londres
2:27:05	Panfil, Pologne, Londres
2:28:11	Cunha, Portugal, Londres
2:28:20	Youfeng Zhao, Chine, Nagoya
2:29:04	Buist, N-Zélande, Boston

2:29:24	Jones, USA, Boston
2:29:34	Rasmussen, Danemark, Londres

Marathon de Paris, France, 30 avril
 Voir à la p. 24. Idem pour Zurich

Ultra-Marathons

100 km de Rognonas, France, 29 janvier
 (Soubis) 155 cl. - Schroff 7:13:23, Courtaud
 7:15:51, Courtial 7:28:25, Morel, M. Robert,
 Olry (v) 7:36:19... 10. Reibel (v) 8:05:48, Meu-
 nier (v), Voiry (v) 8:25:35... 20. Renaudin (v3)
 8:42:33, Courtillon (v3) 8:46:30... 61. Hanser
 (v) 9:50:51... Poulalier (v) 10:02:40... Pieri-
Chuyen 10:31:57... Curtill (v) 10:38:48... 123.
Lamothe (v3) 11:47:35... Soubis (v3) 12:39:32...

100 km de Stellenbosch, RSA, 4 février
 ("SA Athlete") - Fordyce 6:27:07, Holtshausen
 6:31:14, Mogashane 6:35:22, Bellocq (F)
 6:37:48, Halberstadt 6:45:01, Radebe 6:45:53,
Kovacs (Hon) 6:45:47, Catalan (E) 6:47:36 -
 suspendu ensuite pour deux ans - Swanepoel,
Fekner (Can) 6:50:39... 13. Bakmaz (I) 7:18:11...

Super-marathon du Hoggar, Algérie, 28.2.-3.3.
 "Très content de l'avoir fait: Paris-Dakar est
 une épreuve totalement différente. J'ignorais
 que c'était si dur: si j'avais su... Mes appré-
 ciations :
 1) **Oui à l'ambiance.** Ceux qui se crispent
 sur leur performance sont plutôt rares. Con-
 tacts faciles : même les meilleurs ne jouent
 pas les vedettes. Qualité de l'alimentation :
 la cuisine (des Touaregs) fait des miracles !
 L'organisation: tout marche à peu près bien,
 sans perfectionnisme inutile. Hirsch y va à
 la bonne franquette et il a raison*.

2) **Oui mais...** la quantité de l'alimentation !
 Si les pâtes et la soupe sont bonnes, il est
 presque impossible d'avoir un 2e bol de soupe.
 A revoir sérieusement (NT: même critique
 faite sur place en 1988, à Gilbert, Lionel, etc.
 hélas...) En outre, la situation des "touristes",
 presque abandonnés à leur sort, sans informa-
 tion précise (grincements de dents). La lon-
 gueur des étapes: c'est trop imprécis, il y
 va du dosage des efforts. 1ère étape... bien
 trop longue. La spécialiste du stretching (bonne
 idée) ne connaissait pas les exercices néces-
 saires aux coureurs...

3) **Non... aux hymnes nationaux lors de la**
remise des prix: c'est cocardier et contraire
 à l'esprit de la course. J'ai passé sur le po-
 dium les 3 min. les plus ridicules de ma vie.
 Longueur réelle des étapes, précisée par les
 VTT: 47 km, 22 km, 11 km (montée), 36 km,
 32,5 km.

* Bravo à l'assistance médicale, parfaite.
 Travail formidable des 3 masseurs.

1ère étape: Vigil 3:23:53 (en 88: Oppliger,
 3:11:40), Schnyder 3:24:50, Oppliger 3:26:41,
 Kis-Kiraly 3:31:40, Maitland 3:22:45, Short
 3:35:43... Loridan 3:51:12, Montuoro 3:52:31...
 15. Rueda 4:01:47 (en 88: Desforges, 4:10:08),
Pöllinger... Brechbuhl 4:04:02...
2e étape: Pöllinger 1:38:59 (Boudifa 1:34:57),
 Oppliger 1:41:21, Vigil 1:41:33, Short 1:42:05,
 Schnyder 1:43:42, Kis-Kiraly 1:45:04, Maitland
 1:47:25, Mercier 1:47:29, Montuoro 1:52:36...
 18. Rueda 2:03:47 (Desforges 2:11:41)...
Brechbuhl 2:08:07...

3e étape: Oppliger 4:46:40, Vigil 4:46:50, Short
 4:48:28, Schnyder 4:49:40, Pöllinger 4:49:48, Kis-
 Kiraly 5:03:32, Maitland 5:10:55... Montuoro
 5:15:55... Rueda 5:43:43... Brechbuhl 6:03:39...

4e étape: Vigil 2:17:28 (Oppliger 2:17:50), Kis-
 Kiraly 2:18:16, Oppliger 2:19:13, Schnyder
 2:19:23, Mercier 2:19:34, Pöllinger 2:20:25,
 Maitland, Short 2:24:39... Montuoro 2:31:57...
Rueda 2:59:36 (Desforges 3:06:40),
Brechbuhl 3:00:14...

5e étape: Vigil 2:07:18, Kis-Kiraly 2:08:09,
 Oppliger 2:08:29, Schnyder 2:08:38, Mercier
 2:11:52, Maitland 2:14:13, Short, Montuoro
 2:17:08... 22. Rueda 2:39:23, Brechbuhl 2:40:48...

Classt général (53 cl., dont 24 Suisses, 14
 Français, 4 Algériens) - Vigil (USA) 10:17:02,
 Oppliger (CH) 10:22:23, Schnyder (CH)
 10:26:13, Kis-Kiraly (Hon) 10:33:41, Short (GB)
 10:46:52, Maitland (Ec) 10:49:52, Mercier (CH)
 11:03:02, Montuoro (Can) 11:29:28, Tinner (CH),
 Gaidon (CH), Loridan (F, v) 11:51:23, Tourne-
 reau (F), Hanzague (Alg), Wermeille (CH)
 12:21:52, Brechbuhl (CH), Pöllinger 12:28:25,
 Marty (F), Grab (F, v)... 21. Rueda (Col)
 12:41:16, Brechbuhl (CH) 12:53:49... 27. Dia-
mantides (GB) 13:35:02... 30. de Munari
 (CH, v2) 13:59:44... 32. Bertholet (CH, 7e v1)
 14:08:05... Jullien (F) 14:58:25... Larinouna
 (Alg, v) 15:43:07... 46. Lenzlinger (CH, 11e v1)
 17:03:26... 53. Casellato (I) 21:28:41.

Foulées du Vidourle (Cévennes), F, date ?
 (351 cl.) - En 4 jours, aller des Cévennes à
 la mer en suivant la vallée du fleuve entre
 St-Hippolyte-du-Fort et La Grande Motte.
 Partie telle une vidourlade (crue du fleuve)
 la course fut toujours accompagnée par le
 soleil. **Merci au Languedoc, bravo à Senegas**
et à toute son équipe ! (Bourges) -
 P. Bidault 3:21:54, Ramanich 3:22:59, C. Zim-
 mermann 3:24:50, Jalaguier 3:26:56, Guérin,
 Lesot, Lafille, Billet (v) 3:24:24, Harnafi, Cor-
 gier (v) 3:36:01... Olinyk (v) 3:37:37... 35.
 Guillermo (v2) 3:53:21... Picon (v2) 3:59:49...
 75. Greteau 4:09:50... Faucher 4:13:54...

50 km de Bray Dunes (Nord), France, 12 mars
 (Vanhamme) Bronsnyk (NL) 3:05:22 R, Mailly
 3:08:02, Courmont 3:08:07... Mertens (v) 3:59:27...

3e Rennes-St Malo, France, 12 mars
 140 km en relais. - 50 équipes en 87,80 en 88,
 110 cette année ! 5 semaines avant l'épreuve
 les engagements étaient clos: c'est à dire
 l'engouement... Dép. à minuit. **Voilà une épreu-**
veoù il fait bon respirer l'esprit Spiridon !
 (Delerue) - Rimou AC 8:51:56, Essa Chartres I
 8:54:15, Six Troncs pressés de St Malo 9:05:07,
 Spiridon Leuven (B) 9:09:37, U.A. de la Rance
 I 9:10:47... 14. JA Mélesse I (avec f.) 9:37:27
 ... 21. JA Mélesse (v) 9:50:25... 108. Laven-
 ture Maurepas 13:33:00...

100 km de St-Amand (59), France, 25 mars
 (Vanhamme) Corbillion 7:10:07, Majerus (v)
 7:20:57, Neaupoort (v) 7:24:05... 9. Mertens
 (v) 8:31:31... Terol (v2) 8:54:17... Lecuyer
 (v2) 9:35:38...

100 km de M.-Ferchaud (35), F, 8-9 avril
 Au total 450 inscrits. - Tullett (GB) 6:55:44,
 Tournellec (42) 7:31:12, Le Polotec 7:45:41,
 Soleil 8:05:57... Gillier (42) 8:15:54... 49.
Prévost (41) 12:41:50... Semi : Barbot 66:56,
 Moumou 67:59... Trovalet (v) 69:07... 50 km :
 Lebreton 3:45:50, Luron (v) 4:01:25...

4e Balcon de Belledonne (38), F, 16 avril
 CIME - 349 inscrits, 326 part., 236 arriv.
 (au bout de 65 km dans le froid, la pluie,
 la grêle et la neige !) dont de nombreux Cat-
 talans. Splendide démonstration de **Bellocq**
 durant 50 km... et toujours avec le sourire
 + un record ! Puis ambiance spiridon malgré
 la tempête: cadeaux-souvenirs, piscine ther-
 male à 30° C, buffet campagnard, énorme
 apéritif, concert, vidéo. **Bref... la fête.** (Dufaud)
Bellocq (32) 4:11:50 R, Vuilleminot (44)
 4:23:17, Michaud (27) 4:31:30, Didillon (31)
 4:38:17, Morel (27) 4:42:32, Piggio (+ 40)
 4:46:30, Gerst (30) 4:52:10, Llistard (E, 40)
 4:53:16, Néant, Milanovic (CH), Morand (CH, 27)
 4:56:44, Sourdun (37), Giron (36) 4:59:15, Tour-
 nereau, Buech (CH), Rigout, Danel et Schwei-
 zer (CH, 50) 5:07:46, Audoin (42) 5:13:44,
 Gaillard... Faure (44) 5:19:12, Olivier (41)...
 Gendron (42)... Mainix (54) 5:37:20...

45. Desforges (30) 5:42:43... Echevarne (37) 5:48:02... Caillat (50) 5:50:50... Berge (60) 5:58:30, Rossy (50) 6:01:38... Coquand 6:02:10... Rossy (53) 6:34:19... Muller 6:47:05... Landais (42) 6:49:00... Torras (E, 63) 8:02:30...

Autres courses hors stade

Semi de la Francophonie, Niamey, Niger, 29.1. (Pinaud) Saley 68:34, Guézennec (F), Iro...

Cross du CISM, Ndjamena, Tchad, 10 fév. Organisé par les militaires à l'occasion du CISM régional. Départ à 6 h 30, chaleur oblige. Les 3 premiers étaient aux Jeux: il y a là de beaux coureurs, mais comment s'entraîner sous ce climat, où, durant "l'hiver" la temp. descend à + 18°C ! Et il n'y a pas de hauts plateaux. Le Tchadien est très sportif, la population est chaleureuse: en footing on n'entend que des "courage !". Il en faut pour affronter des plus 30°C très secs. (Harmand) - Yaya 25:22, Myakakem 25:29, Gayaole 26:21... 50. Harmand 29:31... 180 cl.

6e course de Le Broc (06), F, 19 février Tous les records battus: 552 part. ! + 128 enfants sur 4 km. **Petits moyens, gros résultats, dans une ambiance familiale:** même les cracks viennent volontiers et... gratuitement ! T-shirt à tous. Merci à la pub dans Spiridon: elle a attiré quelques étrangers et bon nombre d'autres départ. Grande satisfaction avec Isabelle Guillot ! (Merello) - Férat 43:12, Staunton 44:58, Boinon 45:16, Piccini (MC), Bedos... 13. Lemoult (v) 47:48, Manucci (MC, v) 48:00... 50. Guillot 51:04... 98. Garelli (I) 54:09... Huyghe (v2) 54:11... Oudet 55:14... Guedon 55:47... Bedos (v) 58:26... J. Martin (v3) 61:21...

5e Cross de la FAST, Alger, 25 février (Pinaud) - 3000 part., dont M. Belkadi, 71 ans. - Ouakarouche (Mar), Abaidia, Barus (CS) ... 7. Noponaire (B), Konstantinov (URSS)... Murgoci (Rou)...

Cross, ch. nat. Nairobi, Kenya, 25 février (Pinaud + "Leichtathletik") - Par 35°C ! Abandon de P. Kipkoeh, Kirochi, Bitok et Tanui... - Merande 35:34, Masai 35:34, Kiptum 35:46, Kimeli, Ruto, Leleli, Ngugi 36:12, Kinuthia, Nyangichia, Maritim, W. Koech, J. Keino... Juniors : Kororia 23:59, Osano 24:07, Kosgei 24:10, Gisemba, Chelimo, Nyamu, J. Birir, M. Birir... Feminiens : Ngotho 21:29, Kimaiyo 21:40, Chemweno 22:18, Waita, Lorupe, Chemeli, Chepchirchir ... Jun. fém. : Wangari 13:23, Arnsei 13:46, Kandie 13:51, Malot, Ekimat...

Cross, champ. nat., Zofingue, Suisse, 26.2. Graf 40:54, Krähenbühl 41:00, Brucker 41:10, Griner, Hasler, Gobet 41:59, Hertner, F. Oliveira... Hacksteiner 42:30, M. de Oliveira, Cuennet... 15. M. Deléze 42:59... Fémin. : Bouchonneau 22:46, Pipoz 22:46, Moretti 23:05, Glauser 24:23, Holdener, Schütz... 9. Comsa 25:01... Jun. : Erni 28:28, Schmutz 28:51...

Champ. nat. de cross, Coudekerque, France 26 fév. ("L'Equipe") - Arpin 38:41, Levisse 38:42, Levant 38:48, Le Stum 39:12, Watrice Pantel 39:25, Laventure, Chauvelier, Prionon, Barreau, Thiébaud, Itsweire, Zilliox, Youkmane 40:06, Bouhaloufa, Béreau, Boxberger, Bishop, Clouvel, Mahmoud... Jun. : Essaid 24:50, Saudrais 24:55, Ayari 25:07... Fémin. : Sergent 21:29, Lelut-Rebello 21:36, Duros 21:56, Fays, Demilly, Feuillet, Cournault... 11. Viallix... 25. Villetton... Jun. f. : Ouaziz (Mar) 18:50, Fuseau 19:20, Fontaine 19:41...

20 km de Graulhet, France, 26 fév. (Lavigne) - Bonne organis., récomp. à tous. Pluie, vent, neige; 160 part. - Fleurot 69:00, Bélière 69:11, Berges 69:24... Balfet (v) 1:11... Cazes (v) 1:27... Guillemet (v) 1:30...

Montée du Ravensberg, Bailleul (59), France, 26 fév. 72 cl. (Vanhamme) - Auguin 39:10, Praet (B) 39:25, Deweppe (v1) 39:52...

14e semi de Vierzon (18), F, 4 mars "Grâce à C. L'Hermite, belle réussite malgré un temps gris et pluvieux. Nous n'avons pas changé d'un iota notre philosophie: pas d'argent mais coupes et mazagrains. Cela nous a permis de pulvériser le record de participation de 1988 ! La 15e édition aura-t-elle lieu ? J'ai quelques doutes: nous sommes tous un peu saturés et il y a eu des fissures depuis quelques années: usure ? Si l'on devait se fâcher pour arriver à faire courir dans les meilleures conditions, ça ne vaudrait pas le coup ! (Gendre) - P. Bessière 69:51, Darbshire (GB) 70:53, Fleureau 72:55, Protin, Hamaide, Robert, Seta, Brivot 74:57... 14. Tiburce (v) 76:42... Coulaud (v) 78:35... 31. Tétard (v2) 79:39... Nivet (j) 82:32... Sellier (v2) 86:29... 175. Mallo 93:43... Robin 95:32... 213. Henriot (v3) 96:03... 345. Charlon (v0) 1:46:33... Godard (v1) ... 385. Nicault (v2) 1:52:09... 483 cl.

La Montagnette (23.7 km), Barbantane (13), France, 5 mars - 524 part., 465 cl. (record); chaud (17°C) - Une course à mettre à son agenda: tout le monde le dit ! (NT) - Balme 1:18:46, Arnaud 1:22:07, Ramanich 1:23:37, Fayolle 1:26:39, Bertille, Essarhir (jun) 1:27:12, Merlhout, Clément, Mora 1:29:57 - tous... non licenciés ! - ...15. Bon (v) 1:33:54... JC David (v) 1:35:38, Pinon (v2) 1:35:45... Giraud (v), Erissy (v) 1:36:31... Ben Abdeslem (v)... 35. Bayle (v2) 1:39:05... Chaîne (v2) 1:39:32... 70. Delpech 1:42:59 ... Aubert 1:43:50... Priaulet 1:45:15... Pellissier 1:47:47... Vieu 1:48:09... 176. Cavron (v) 1:53:09... Bonny (v3) 1:53:36... Estellon (v2) 2:03:42... 421. Bonnafoux (jun) 2:27:16 ... 456. Moutte (v4) 2:44:32...

Semi de Monza, Italie, 5 mars Miccoli 63:03, Lo Presti 63:09... 6. Poli 64:11... Bouchonneau (CH) 72:16... Bizioli 72:30... Faccio 73:53...

4e c. des Parcs, Genève, Suisse, 11 mars Au total 448 cl. - Piedade (Por) 27:06, A. Oliveira (Por) 27:10, Schweickhardt 27:13, F. Oliveira (Por) 27:42, Richard (F) 28:39, Rosset (F), Oppliger 29:14, Schwitzguébel, Cretienand 29:29, Métraux... Vétérans : Guignard (F) 29:55, Knuchel 30:50, Dicker, Greiner, Deleval 32:46, Borgognon... Helbling (58) 34:10... Fémin. (6700 m): Rueda 23:53, Schuetz 24:12, Mednansky 27:09, Bantigny, Stampfli, Browna, Rudisuhli 28:55...

10e semi, Bourg-en-Bresse (01), F, 11 mars 1932 part., 1780 cl. (record) - Rivet 66:15, Bertrand 66:28, JC André 67:15, Gésard (I), Collard, Palo (I), Bobès 68:10, Lelut, Massari (I), Ouakit, Rince 69:34, Vieu, Madelon 70:34, Poncet (v) 70:41, D. Corgier, Guelfo... v.d. Abbele (B, handi) 71:04, Vuilleminot (v) 71:07 ... Feunteun (v) 73:45, Corgier (v) 74:32, 27. Tegegne (Eth), H. Corgier... 31. Mayal (Br ?) 75:12... Villetton 74:30... Goy (handi) 75:45... 52. Montaner (v2) 78:25... Bermann (v2) 78:35 ... Burleigh (v) 79:14... Ag. Sergent 81:21 ... Clausse 82:39... Goy (CH) 85:51... Renaudin (v3) 86:33...

10 km BNP, Sochaux, France, 11 mars (Prêtôt) - Mendes (Por) 30:19, Tirole 30:58, Lambert, Bardou, Turquet 31:42... Vuillemin (CH, e) 33:46... Fémin. : Glauser (CH) 36:25, Tirole 38:13... Hanke (v) 39:19...

10 km d'Orlando (FL), USA, 11 mars ("R. Stats") Brantly 28:02 et 9500 \$, Musyoki (Ken) 28:02 et 5000 \$, Alcalá (Mex), Gregorek ... 10. de Castella (Aus) 28:41 et 850 \$... Mora (Col, 44) 30:07 et 2500 \$... Villanueva (Mex, 48) 30:51 et 350 \$... Fémin. : McColgan (GB) 30:38, 4 RM (a. RM: 30:59, McColgan 1988) et 34 500 \$, Kristiansen (Nor) 31:39* et 5000 \$, Williams (Can) 31:44, Jones, Partridge (GB) 32:27, Panfil (Pol), Clarke (GB), P. Welch (GB, 44) 33:19 et 3100 \$... Andersen (CH, 43) 34:24 et 1500 \$ * ... et donc en forme pour Stavanger ?

Foulées vendômoises (41) F, 12 mars Au total 3968 arrivants. - Levisse 59:53, Bruneau 60:23, Nakkachi (Mar) 60:29, Köszegi (Hon) 60:38, Sochi, Placzec, Béreau, Dacha (Mar) 62:43, Gouas, Moreau... 17. Picazo (v) 65:21... Seignuric (v) 66:45... Geneix (v) 69:52... Petrik (Hon) 73:33... Hoddinot (GB) 74:53... Leveugue (v) 75:05... 142. Brosse (v2) 77:23... Le Halper (v2) 77:49... 10 km : M. Williams (GB) 29:51, Bastard 30:39, Poignant ... 18. Taverne (v) 33:11... 147. Jules 39:51 ... Coulon 40:46... 5 km : Montagne 16:24, Wald, Chmourene... Froger 18:52, Musnier, Pentecouteau...

13 km de Cali, Colombie, 12 mars (Bohorquez) 2000 part., 30° C. - Pacheco (Mex) 40:24, Miranda (Mex) 40:47, Pena... 8. Barie (Tan) 41:39, Guerra (Ecu)... 46. Bohorquez 46:03... Rutiging (Tan) 46:05...

15 km de Kerzers, Suisse, 18 mars Toujours pas la moindre nouvelle... des organis. (NT) Pour la 1ère fois en Suisse, dép. par groupes de perf. (par 300 coureurs). Curieusement, les femmes ont été exclues de ce système: on leur a imposé ensuite un slalom parmi les derniers du 2e groupe ! A part ça, organis. impeccable, résultats rapides mais... par ordre alphabétique ! Au total 1531 cl., + 189 enfants, et 47 joggers. Et avec la nouvelle et superbe salle de sport, enfin des douches chaudes pour tous ! (de Munari + Hejda) - Henry (Aus) 46:08, Bruecker 46:18, Schweickhardt 46:32, Pingpank (D), Hasler 46:41, De Ruddere (B), M. Deléze 46:49, Haid, Longthorn (GB), Kolly 47:39... Gobet 48:05... 19. Jaquet 48:45, Cuennet... Joliat 49:10... Oppliger 49:49... Funk (43) 50:09... Bucher (40) 50:33, ... Luescher (41) 50:36... Studer (18) 51:22... Scheiber (50) 52:15... Sablone (52) 53:31... Knoepfli (57) 57:31... Bruderer (60) 60:12... Schumnacher (62) 61:31... Delloy (F, 62) 64:56 ... Fémin. : Rueda 55:26, Schuetz 55:43, Schumckli 56:59, Gerhards 58:24, Eschler (35) 58:31, Berset (37) 59:29... Rucht (37) 60:08... Schärer (50) 61:40... Schuepbach (16) 63:02... Graf (46) 63:19...

25 km d'Orvault, France, 19 mars (Vanhamme) Sobhi (Mar) 78:46, Fumagali (I) 80:08... 10. Sohet (j) 86:25... Poirat 95:08...

20 km de St Martin le Noeud (60), F, 19.3. Au total 307 cl. - Deneufbourg 66:28, Wateilin 69:54... 23. Buhler (v) 77:31... Boulet (j) 78:14... 49. Becquerel (v2) 80:57... 102. Brunieau 86:29... Landry (v3)...

Semi de New Bedford (MA), USA, 19 mars ("R. Stats") 5000 - 250 \$ aux 10 prem. h. et f. - Huff 63:46, Reifsnnyder 63:51, Edge (Can), Gompers (GB), Ngatia (Ken) 64:16, Sheriff (Zim), Niemczak (Pol)... Fémin. : Kristiansen (Nor) 68:31 RM*, Cunha (Por) 69:37 RN, Brewer 72:15... 8. Bonnet (F) 74:45... * mais aussi chronométr. en 66:40 à la moitié du marathon de Londres en 1987, pour 2 h 21:06.

9e Semi, Le Vigan (Cévennes), F, 25 mars Excellente course, bien dans la tradition, parcours superbe mais dur. Ce semi...

... se maintient, mais sans pub... dommage !
A l'arrivée de sa course, **L'excellent**, le bien nommé (28 ans de course, sans arrêt) distribuait des chaussettes et 2 l de jus de pommes naturel (**les Reinettes du Vigan** !), très recherché. Pour tous, bien sûr. Et en plus... il offre l'hébergement gratuit ! Une des plus belles courses du Languedoc. (Moulin) Au total 155 cl. Lafille 65:32, Bobe 67:28, Bessières, Gregory (GB), Flandin (v) 73:04... 12. Moulin 76:25... 21. Lennartz (D) 81:11... Priaulet (v) 85:24... Andries (v2) 90:59...

57e cross "5-Mulini", S. Vittore Olona, I, 25.3. (Castellini) - Ngugi (Ken) 30:53, Tanui (Ken) 30:59, Masai (Ken) 31:06, Merande (Ken) 31:12, Panetta 31:21, Moneghetti (Aus) 31:30, Boffi D. Santos (Br) 31:38, Wilson (NZ)... 37. Setz (CH) 34:23... Fémin. : Perkins (Aus) 18:08, Hobson (Aus) 18:13, Dandolo 18:18, Borovicka (USA) 18:30, McDonagh (Aus)... 10. O'Connor (NZ), Corbin (Aus, 16 !) 18:53, Bizioli 19:05... 14. Shmueli (Isr)... 24. Rueda (Col) 20:16...

Giro Media Blenio, Suisse, 26 mars ("Sport") 850 part. - Tanui (Ken) 31:51, Merande (Ken) 31:53, Kirochi (Ken) 32:22, **Krähenbühl** 32:23, **Ryffel** 32:24, Wirz, Pimazzoni (I), Durban (I), de Madonna (I), El Nechchadi (Mar) 33:39, Faustini (I), M. de Oliveira (Por)... 19. Taminelli 34:46, Herle (D)... Fémin. : Moretti 27:10, Bouchonneau 27:20, Nauer 28:19, Rueda 28:54, Graf 29:14...

14e Asc. du Mt-Faron, Hyères, F, 26 mars 1411 cl., dont 269 V1, 120 V2, 99 jeunes, 136 femmes (dont 65 vét. !). **Classement exemplaire** (NT) - Kehl (CH) 50:56, Icart (mil.) 51:58, Moro 52:58, Aabouda, Duhamel (45) 53:14, Vera, Benoit (44) 54:51, G. Rodriguez, Candela, Blondelet, Descombes, Moulton, Bec 55:57, Lenz, Massoni, Vitry... 20. Grosso (47) 56:31... Guena (40), Demmitter (46) 57:20... Olivero (v)... 33. (!) Guillot 58:24... Parmentier (v)... Busseret (19) 59:04... Jacob (19) 60:25... 88. Moreno (50) 61:35... Genthon (53) 62:15... Frau (56) 62:20, Murat 62:25... 126. Houdet 63:29... Mayer (53, organis.) 63:52... Fernandez (61) 64:03... 186. **Nyffenegger** (CH) 66:06... 353. Rimour (46) 70:45... Gilberton (42) 71:41... Landais (42) 73:20... 494. **Veyra** 74:08... **Reffet** 74:46...

23 km de Watten Cassel (Nord), F, 26 mars (Vanhamme) 726 arriv. - Castelle (B) 75:12, Plancke 75:21, Lemire 76:27...

25 km de Liffre (Bretagne), F, 26 mars Marie-Hélène Ohier, sœur de Jean-Luc, passe de 1 h 30:35 en 1988 à... 1 h 28:36 ! A suivre de près à Sallanches le 18 juin ! 400 arriv. (record: 205 en 1988...) dont 73 qualif. (43!) Maillot et lot à tous, pas de primes... et le bilan parle de lui-même ! (Delabarre) - Ohier 79:12, Savary 80:53, Hondot 81:05, Ollivier 81:34... Barbot 83:22, Bot, Gard, Thérard, Cadoret 84:58... 21. Linturn (GB, v) 86:20... Creuzet (v) 86:51... Bochet (v) 87:41... Souquet (j) 88:31... 44. **Ohier** 88:36... 124. **Langin** 96:21... Fontaine (v2) 96:50... **Lemaréchal** 98:08... Cobac (v3) 1:40:32...

23e 25 km de Bienne, Suisse, 1er avril (Hejda) Tradition respectée: pluie ou froid, vent contr. à la fin. Et les meilleurs étaient au champ. nat. Parcours amélioré depuis 1986 ... mais toujours cette cat. de faux vétérans, avec 7 des 10 premiers de la course ! Et... 182 cl. en 40-49 ans, les plus nombreux ! (de Munari) j- 538 cl. dont 43 f. - Gauthier 83:20, Gerber 83:21, Hodler 83:38... 8. Marchon 86:00... 23. de Bellis 88:33, Hofer 88:42... J. Muller 88:48... Vét. : Gertsch 88:39, Marquis 88:55... 4. Hejda 90:18... Schwab 90:45... Lamielle 92:42... Lorke 92:59... Willemin 93:37... 17. Schaller (v2) 94:12... Kopp (v2) 94:23... de Munari (v2) 1:44:39, Carnal... Fémin. : Brand 79:32, Brechbühl 98:52... 4. Cuche 1:43:21

... 6. Graf (+ 55) 1:44:02... et 335 coureurs derrière elle !

25 km, ch. nat., Schaan, Liechtenstein, 2.4. 192 cl., dont 22 f., 38 vét., 49 popul. (Hejda) Schweickhardt 77:30, Graf 77:54, Hubacher, M. Délèze 78:23, M. de Oliveira (Por) 78:27, Hasler... 10. Vienne 79:52, Umberg, R. Studer... Gobet 80:34... Cuennet 80:50... Taminelli 81:27... 26. Renz 82:31... Eymann (18) 84:12... Dähler (43) 86:36... Bouchonneau (32) **87:11 RN...** Kaiser (47) 90:33... Staudenmann (26) 92:10... Sahli (33) 92:38... **Schütz** (24) 93:37... Comsa (37) 93:50... R. Müller (31) 95:22... **Schmuckli** (28) 96:17... **Berset** (37) 97:48... Baldegger (51) 98:35... **Haas** (39) 98:47... Gremaud (50) 98:53...

Semi de l'Albigeois (81), F, 2 avril 270 part., bonne organis. (Lavigne) Chiara-monte 65:10, Jougla 65:20, Duperain... Camp (v) 68:16... Guittard (v2) 73:12... Hébert (v3) 75:24... **Cazers** (v) 84:49...

25 km de Campan-Soues, F, 2 avril Qualif.; engagé gratuit; t-shirt, diplôme, sandwich, boisson à tous; 30 coupes et 3 abonné à Spiridon tirés au sort. - 96 cl. - Ganot 85:56, Duarte (v) 86:12, Trilhe 86:52, Vergez 86:57, Demay 86:59... 14. Duvigneau (v) 92:07... 30. Prat 1:40:14... Sacciolotto 1:41:00... **Ledru** (v)... Polloni (v2) 1:47:02...

5 km, Carlsbad (CA), USA, 2 avril ("R.Stats") Ondieki (Ken) 13:26.0 RM route et 6000 \$, Musyoki (Ken) 13:29, Fragoso (Mex), Kariuki (Ken), Eyston, Scott 13:36 et 400 \$... 8. Nenow... 11. Abshire, O'Mara (Irl)... Padilla... 19. de Castella (Aus) 14:03... 25. Moorcroft (GB) 14:16... Waigwa (Ken, 40!) 14:23... Fémin. : Williams (Can) 15:19.3 RM et 6000 \$, Plumer 15:34... 5. Bondarenko (URSS) 15:39, Moore (NZ), Sly (GB) 15:42 et 200 \$, Buist (NZ), Artjemova (URSS), Moller (NZ), Zhupijeva (URSS)...

Montée des 3-Communes, La Tronche (38), F, 9 avril - CIME - Au total 473 h dont 197 vét., + 83 f. Svp. modifier la présentation du classement (NT) - Angelier 45:53, Vacher 46:19, Naizta (I) 46:41, Finet 48:06, Gorges (v) 48:17, L. Marchon (CH, v) 48:23, Moro, Bruera (I), Pena, Capogna, Billon, Robelin (v) 49:26... Collomb-Clerc (v) 50:49... Giraudon (v) 51:36... Texier (v)... Castex (v) 53:44... Carry (v2) 56:17... Antoniono (I, v2) 56:25... C. André (v2) 56:42... Bessard (CH, v2) 57:12... Bullin (v3) 61:48... Fémin. : Kollpvet 57:42, Collomb (v) 59:38, **Nyffenegger** (CH) 60:03, Julien (CH) 62:10, Baurens 64:11... 9. Silvent 66:12

Stramilano, Milan, Italie, 8 avril ("R. Stats") Ngugi (Ken) 61:24, Panetta 61:53, de Freitas (Br) 62:07, D. Silva (Br) 62:39, McCluskey (GB), Marconi (Br), Pimazzoni, Lahkim (Mar) 63:42... Fémin. : O'Connor (NZ) 34:16, Faccio 34:50, Maraoui (Mar)...

11e cross de Delémont, Suisse, 9 avril Au total 249 cl., dont 133 écoliers. - Kölbl 28:13, Joliat 28:32, Sautebin 28:57... Vét. : Jubin (42) 23:54... Setz (52) 25:47... Fémin. : Mutter 23:15, Aebersold...

13e Aubonne - Signal de Bougy, CH, 16 avril "Je pense que l'accueil que vous m'avez réservé ne se pratique ailleurs que pour les meilleurs. Pas de circuli. Organis. excellente et... médaille d'or pour l'hébergement !" (Dodeler, France) - 168 sen., 119 vét. I, 68 vét. II, 24 I, 27 jeunes. - Bolay 41:06, Serra (I) 41:13, Giaichel (I) 41:14, Sudan 41:17, Martinez 41:46, Vetter 41:55... 8. Capt (v) 43:07... Masson (v) 43:28... Guignard (v) 43:46... Fischer (v)... Perren (v) 44:18... Nottebohm (j) 46:12... E. Maret (ec) 47:28... Pedrigio (v2) 48:25... **Sutterlet** 54:24... **Greffier** 54:50... **Blanc** 55:47...

25 km, Rives du Doubs, France, 16 avril 427 cl. - Zouhair 1:21:09, Lambert 1:21:34, Lime 1:21:49, Radisson 1:22:37, Macabrey 1:23:21, Mougenot, Brillard 1:25:03, Duc, Chappuis, Cour (v) 1:26:42... Olry (v) 1:27:50... Montavon (v) 1:29:16... 33. Weber (e) 1:32:20... 97. Wermot (v2) 1:39:24... Berkane (v2) 1:41:50, Aimeur (v2)... 168. **Thekal** 1:45:37... **Haab** 1:48:37... Philippe (v3) 1:48:46...

Foulées de Montmartre, F, 22 avril ("L'Equipe") Hackney (GB) 45:02, Vera (Ecu) 45:04, Pinheiro (Por) 45:31, Lucas 47:36, Akri-che 48:10, Debacker 49:38... 9. **Rosa Mota** (si, si !) 52:11, Dionnet...

Corrida de l'Est Républicain, Metz ?, 22.4. ("L'Equipe") - Do. Castro (Por) 24:29, Le Stum 24:36, Di. Castro (Por) 24:40, Rapisarda, Thiébaud 25:12, Prianon, Couto (Por), Daenens (B), Behar (Mar) 25:23, Zilliox... Fémin. : Dias (Por) 14:42, Sergent 14:53, Collard (B) 15:01, Aerts (B), Kaber (Lux), Bonnet...

8 km 400, Winterthour, Suisse, 22 avril Riedel 24:21, M. de Oliveira (Por) 24:38... Fémin. : **Bürki** 13:01.67, **Pipoz** 13:03.73...

APRÈS COUP

compl. marathon de Boston, USA, 17 avril handis: Couperie (F) 1:36:04, Vigier (Can) 1:36:45... Nietlisbach (CH) 1:39:36... **Hansen** (DK) 1:50:06... **Cable-Brooks** 1:52:34...

100 km de Belvès, Périgord, F, 23 avril 1. Bellocq 6:36!... Ce coureur hors du commun, qui sera invité à Genève-Bulle (110 km), va retourner en Afr. du Sud pour se mesurer encore au "mythique" Fordyce, sur les 90 km de Durban à P'maritzburg, avec env. 10 000 cour.

La rencontre des spiridon-clubs... la cascade des grands marathons... et cette "semaine" de 2 jours entre le 28.4. et le 8.5... et tous ces organisateurs qui tout à coup se tournent vers SPIRIDON pour annoncer leur course (merci)... bref, tout cela a retardé la sortie de ce numéro. Nos sincères excuses.
Organisateurs, attention: le délai pour votre annonce dans le n° 112 (fin juin) est impérativement fixé au 5 juin.

marathon de Zurich, Suisse, 30 avril Stahlfarrar (Aut) 2:15:05, Gschwend 2:17:46, Longthorn (GB), Kaminski (Pol) 2:18:22... **Staudenmann** 2:40:49... **Comsa** 2:41:12... **Schmuckli** 2:48:25...

marathon de Paris, France, 30 avril Temp. idéale (8-10°C), parcours impeccable - sauf les tunnels, mais... - aucune pollution, excellents ravit. (boissons suffis. jusqu'à la fin), mais départ retardé pour avoir le relais avec les TV de Suisse, de France et de Belgique, qui diffusaient intégralement la course!* Vu un gars atteint de sclérose en plaque faire la course dans sa chaise roulante poussée par des copains (Ogier). - * Lapsus: il s'agissait de la TV japonaise, si, si! (NT). - Brace (GB) 2:13:03, Klimes (CS) 2:13:06, Daenens (B) 2:13:42... **Kojima** (Jap) 2:29:23... B. Ogier (CH, 52) 3:06... M. Ogier (CH, 17) 3:26:45...

excuses désormais...

L'ouvrage de Roure est en cours de finolage. Le prix n'en est pas encore fixé, mais l'auteur a décidé de faire du bénéfice de la vente deux parts: l'une pour le leur artificiel du professeur Montiers, et autre pour *Spiridon* (merci). On peut commander dès maintenant **Comment organiser?** directement à Jean Roure, 32 bis Route Nationale, 13170 La Grotte.

Atoi Boru, tel est son nom

Laurent Godbout, l'un de nos correspondants au Québec, passe à juste titre pour l'un des meilleurs spécialistes de l'athlétisme contemporain. A lire ces extraits d'une lettre récente, on se prend à souhaiter... qu'il nous écrive bien plus souvent.

On se souvient que les championnats du monde juniors ont eu lieu chez nous, l'an passé, à Sudbury. J'y étais. M'est avis que la F.I.A.A. est en train de faire là la plus grave erreur de ces dernières années. Malgré une chaleur torride, les jeunes Africains, surtout les Kényens, ont tout balayé. Chaque course de demi-fond était intéressante, à cause d'eux. Mais dans certaines courses, la chaleur nous a fait redouter le pire pour ces jeunes.

La Grande-Bretagne a le respect de ses jeunes. Un des entraîneurs m'a affirmé qu'ils avaient des jeunes qui auraient pu récolter des médailles sur le 10 000 m, mais qu'on avait préféré n'inscrire personne sur ces distances. Ils ont très bien fait.

J'ai été très impressionné surtout par un Kényen de 14 ans et demi, celui qui a terminé 6e du 1500 m. Son nom: Atoi Boru. J'en ai reparlé à Séoul avec l'un des entraîneurs du Kenya. Il m'a dit que ce garçon était considéré comme «à part les autres», même au Kenya. A surveiller? Qui sait...

* * *

Séoul. Le Canada et la F.I.A.A. ont pris une maudite claque sur la gueule. La suspension de Johnson aura ceci de bon: Nebiolo et ses amis qui contrôlent la F.I.A.A. resteront les pieds sur terre. Le mouvement (lire: business) olympique leur a montré qu'il était capitaine sur le navire. Je pense que désormais la F.I.A.A. aura un profil plus bas, au moins pour quelque temps. En attendant, une rumeur, une autre, circule: la chaîne NBC, qui avait acquis le droit de diffuser les Jeux, avait un accord avec le C.I.O. sur le «testing» des athlètes américains. Il ne fallait pas de «positifs», sinon...

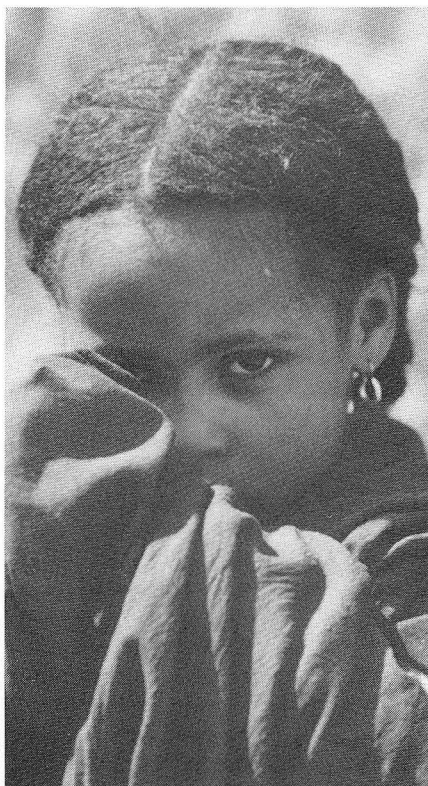
Je ne sais plus qui l'a dit, mais on estime que désormais le C.I.O. ou la F.I.A.A. aura
zo rev. (L'Equipe) - Arpin 38:41, Lévisse 38:42, Levant 38:48, Le Stum 39:12, Watrice 1 Pantel 39:25, Laventure, Chauvelier, Prianon, s Barreau, Thiébaud, Itsweire, Zilliox, Youkmane, 40:06, Bouhaloufa, Béreau, Boxberger, Bishop, Clouvel, Mahmoud... Jun. : Essaid 24:50, Soudrais 24:55, Ayari 25:07... Fémin. : Sergent, 21:29, Lelut-Rebello 21:36, Duros 21:56, Fays, Demilly, Feuillet, Cournault... 11. Viallix... 25. Villeton... Jun. f. : Ouaziz (Mar) e 18:50, Fuseau 19:20, Fontaine 19:41...

Tribune

Revenant l'autre jour de France, Philippe Laheurte m'a raconté un peu les deux courses auxquelles il fut invité. D'abord au Jogging des Notaires, et puis une autre à Villejuif. «Tout le monde était bien gentil, m'a-t-il dit, mais c'est incroyable comme les élites trichent! Plusieurs fois j'ai vu des coureurs couper le parcours aux virages. Au départ, les populaires n'attendent pas le coup de pistolet pour partir...» Philippe soulignait que les primes attiraient en France beaucoup de coureurs de tous les pays, mais que la majorité n'avaient aucun scrupule à tricher sur le parcours. Cette situation serait-elle tolérée ailleurs, ou au Québec? Je n'en sais rien.

Etre altruiste au Hoggar? C'est possible.

Une course ou une randonnée au Hoggar groupe essentiellement de fief-fés égoïstes, je le sais parce que j'y suis allé. On y va pour se faire plaisir, pour recharger les accus, et même pour se soigner le mental, mais toujours et avant tout pour soi-même. Il n'y a là ni reproche ni critique: quoi que nous fassions, n'est-ce pas toujours avec au moins l'idée d'un intérêt personnel, plus ou moins déguisé, plus ou moins bien évalué?



Fillette Touareg.

Egoïste on le sera davantage encore si l'on se pique au jeu de la compétition dans ce pays, la montagne du Hoggar, qui ne se révèle qu'à ceux qui vont lentement, et puis qui font halte, le soir, autour d'un feu. D'ailleurs, à une époque où le moindre couraillon est outrageusement utilisé par les sponsors qui lui sont imposés (quand ce n'est pas lui, le couraillon, qui se vante d'avoir obtenu un os à ronger!), à notre époque, donc, la compétition accepte-t-elle des coureurs qui ne seraient pas seulement des égoïstes? La réponse nous vient d'un cas particulier, celui d'Antony Loridan, 46 ans, de Rouen.

J'ai couru le Super-marathon du Hoggar sous les couleurs de «Coureurs du monde», nous écrit-il. Ayant tenu à supporter seul tous mes frais de participation à cette épreuve, j'ai destiné l'argent recueilli auprès des sponsors et des particuliers, à titre de dons, à des projets de lutte contre la faim dans le monde. La somme consacrée à ces œuvres a ainsi atteint 2500 F.

Et Loridan de nous faire cette confidence: *L'incorrigible timidité dont je souffre ne m'a jamais permis d'exprimer pleinement certains sentiments profonds. La course me le permet aujourd'hui. Par le biais de «Coureurs du monde», je pense ainsi «parler» de la faim, directement liée aux problèmes humains, à ceux de l'environnement, et à la qualité de la vie, qui me préoccupent.*

Que fut pour ce cœur pur la découverte du désert? *J'ai vécu là-bas des émotions d'une rare intensité. Parce que notre avion avait subi un retard important, nous sommes arrivés de nuit, sans rien pouvoir découvrir de l'environnement. C'est aux premières lueurs de l'aube, lorsque j'ouvris les yeux, que j'ai «ramassé le désert en pleine gueule». Choc, sanglots, émotion brutale. Tête submergée par une foule de choses remontant du plus profond... Regard circulaire... Quelques pas... Hauteur... Panorama... Conscience, avec encore plus d'acuité que d'habitude, d'être «rien» et «tout» à la fois. Et petit, petit, fragile, si peu de chose... Une forte leçon d'humilité. En même temps, la sensation de l'énorme importance de notre vie. De la vie.*

Justement, parce qu'il est sincère, lui, Loridan, il nous rappelle que «tous les jours 35 000 personnes, pour la plupart des enfants, perdent la vie, à cause de la faim et de ses conséquences.»

C'est dire que si chacun va au désert afin de vivre plus, Loridan nous prouve que l'on peut aussi y aller pour que quelques autres ne meurent pas. Pour en savoir plus sur «Coureurs du Monde», écrivez à Alain Benito, Sente de la Bonne Eau, Drocourt, 78440 Gargenville. N.T.



Fillettes et jeunes femmes Peuls, au Mali.

Alors, tes impressions de Paris - Gao - Dakar?

C'est la question posée à un vieux pote, Woelfflin, dont voici la réponse, sous forme de notes en vrac.

— La légendaire hospitalité marocaine et le traditionnel thé à la menthe, très sucré.

— Le désert blanc, à Taoura (Maroc), sous le soleil mais par une température supportable. Sauf qu'il gelait la nuit...

— La lenteur administrative en Algérie, aux frontières. Et la beauté de l'oasis de Tighit.

— Le grand Erg occidental, plât à perte de vue: on se croirait au centre d'un disque de sable et de poussière, et il y a des criquets qui quittent le sol à chacune de nos foulées, et puis qui s'envolent et planent, portés par le vent d'est.

— Le Tanezrouft, dont la piste est jalonnée de vieux pneus, de bidons cylindriques, de carcasses de voitures aux tôles rouillées, à la peinture décapée par l'action du soleil et du sable.

— Le feu d'artifice à Bordj Mokhtar, en Algérie, pour célébrer le Nouvel an.

— Le passage du Niger en bac à Gao, au Mali, et l'«accaparante» sollicitation des enfants maliens et sénégalais, pour des «cadeaux».

— L'entrée à Tessalit, au Mali, au pays touareg, avec ses chameliers nomades, dans un paysage d'aride désolation.

— Qui pourra dire si le jet de pierres au passage de nos véhicules, est un jeu d'adresse ou une manifestation de révolte d'un être démuné, et qui l'est encore plus en regard de notre civilisation de consommation?

— La pauvreté du pays des Peuls (Gao), tout comme celle du pays des Dogons.

— Les premiers baobabs, séculaires, de la brousse, aux puissantes racines: ces bons génies du Sahel... Car tout est bon chez eux, à commencer par leurs fruits, que l'on nomme des pains de singe.

— Les bananiers et les manguiers en vue de Bamako, capitale poussiéreuse du Mali, avec son million d'habitants!

— Les chutes du fleuve Bakoye à Goni dans un paysage ressemblant à celui de films sur Tarzan.

— L'arrivée à l'océan sur la plage de M'Bour, et le final sur la place de l'Indépendance à Dakar.

La course? Du style «aventure sportive», où se mêlent système D, chance quant au choix des pistes (pas de balisage), règlement changeant (où sont passées les nombreuses spéciales annoncées, marathons et semis?) Il y a aussi le fait qu'un gars valant moins de 2 h 30 au marathon peut facilement être battu par un coureur en soi nettement inférieur, mais plus en «communion

athlétique» avec le désert ou la dure piste poussiéreuse. Car on a parfois l'impression de courir sur du talc, ou sur du ciment tout frais sorti d'un sac...

C.W.

Organisateur, bonne chance!

Organisateur nouveau venu cherche conseils, de préférence auprès d'un chevronné... C'est une annonce des plus plausibles, dans le foisonnement des courses de ce printemps. Afin de pouvoir y répondre au moment venu, nous avons suggéré à l'ami Jean Roure de coucher sur le papier les fruits de son expérience et de ses réflexions d'organisateur unanimement apprécié.

Voilà comment naquit en une trentaine de pages *Comment organiser?* — Où? Quand? Comment? Qui fait quoi? Avec qui? Avec quoi? Combien? — Bref, autant de questions qu'un néophyte se pose, et auxquelles il ne répondra pas toujours comme il le souhaiterait. Plus d'excuses désormais...

L'ouvrage de Roure est en cours de finalisation. Le prix n'en est pas encore fixé, mais l'auteur a décidé de faire du bénéfice de la vente deux parts: l'une pour le cœur artificiel du professeur Montiès, et l'autre pour *Spiridon* (merci). On peut commander dès maintenant *Comment organiser?* directement à Jean Roure, 182 bis Route Nationale, 13170 La Gavotte.

A Cascais, l'on choie les étrangers

Amoureux du Portugal, j'avais disputé en 1986 le semi de Nazaré. Obligé d'y renoncer l'automne passé, je me suis reporté sur le marathon de Cascais, découvert dans le calendrier de Spiridon. Suite à ma demande de renseignements, je reçois une réponse de M. Machado. Et là, première émotion, j'apprends que je suis engagé gracieusement. Un choc m'attendait en retirant mon dossard ce 11 décembre 1988: le numéro 001 était pour moi!

Très ému et confus, je dis à M. Machado que l'honneur qu'il me faisait ne serait de loin pas en rapport avec ma «performance». En effet, au bout de quelques dizaines de mètres j'étais en dernière position, précédé par un autre cheveux blancs, un Portugais que j'allais suivre pendant près de 30 km avant qu'il ne craque. Petit tour dans Cascais, et nous entrons dans la campagne pour longer ensuite la mer et traverser un très pittoresque marché. Les derniers kilomètres furent pénibles mais la joie était au bout, et j'avais amélioré de 17 min mon meilleur temps.

Même pas le temps de réaliser cela: mes récompenses dans les bras, M. Machado se précipite vers moi: «Vite, monsieur Clément, venez vite, on vous attend...» Je monte au premier étage de la mairie où avait lieu la remise des prix. A peine y étais-je que l'on



SAINT-AGNAN EN VERCORS

**LA FOULÉE VERTE DU VERCORS
le dimanche 30 juillet 1989**

• 9h - Foulée verte du Vercors
- 15 km - Juniors - Seniors -
Vétérans H et F

• 11h - Foulée verte des Espoirs - 1,5 km - 3 km -
6 km - Poussins - Benjamins - Minimes - Cadets

Médaille personnalisée en terre cuite

Organisation: Comité des Fêtes, 26420 St Agnan-
en-Vercors, tél. 75.48.22.08

m'appelle au podium. Quelques paroles suivent que je ne comprends pas, mais qui sont sans doute en rapport avec le plaisir que leur a fait ce Français qui est venu participer à leur course. Et l'on me remet — sous les bravos, s'il vous plaît! — une belle assiette en argent... Et là je craque, en remerciant, avec des larmes: tant de gentillesse...

Pardon pour ces petits détails. Mais si d'autres Français pouvaient s'engager à ce marathon, ce serait une belle manière de remercier ces organisateurs si sympathiques.

Jean Clément, Paris (18) - 20 janvier

Pour tous renseignements sur le marathon de Cascais, écrire à Mario Machado, Spiridon-Portugal, apartado 94, 2795 Linda A. Velha, Portugal.

Mauritanie

L'horizon bouillonne, tel un dessus
[de fourneau.
Au loin, débonnaires, et fiers, passent
[des chameaux.
Leur remugle me titille les naseaux.
Trempe de sueur, mon souffle baisse
[de niveau...

Ma foulée diminue, s'amenuise, dans
[le sable mou,
Je traîne mon effort, jusqu'au bout,
[jusqu'au bout.
Les dunes succèdent aux dunes,
[partout, partout...
Et je rêve d'une herbe verte,
[bien verte surtout.

Que venait faire là ce marathonien
[nigaud?
Qui d'un coup de sa main m'a envoyé
[sur le dos?

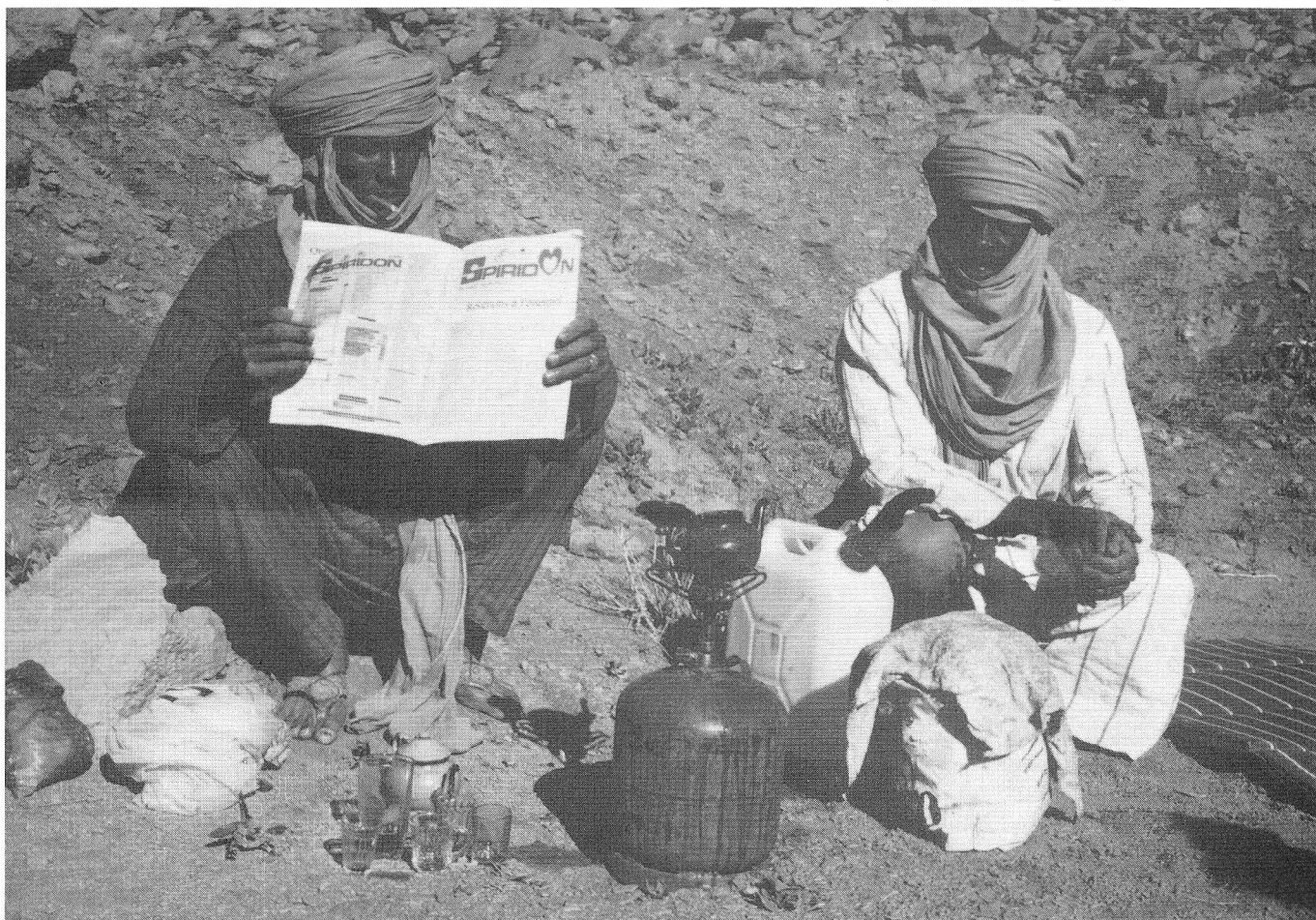
J'ai voulu repartir, rejoindre
[mes compagnons.
A la place de mes ailes il me restait
[des moignons...

Le criquet en vadrouille

C'est un marathonien isolé, en Mauritanie, spiridonien dans l'âme, qui vous écrit. Vive Spiridon, longue vie à ce journal dont j'attends à chaque fois avec impatience la venue!

M. Labeaune, Ambassade de France, Nouakchott, Mauritanie. - 27 janvier

Le français, langue passe-partout du Saharien.



25 juin 1989

BIATHLON DE GLAND

50 km à vélo, puis 17 km à pied

Nouveau parcours pédestre
(moins de bitume et de lignes droites)

Renseignements:

J.-P. Mérot, Prairie 22, 1196 Gland (Suisse)
Tél. (022) 64 34 82, le soir

5e Tour du Pays de Caux

13, 14, 15 et 16 juillet

6 étapes, 90 km
Epreuve individuelle,
temps cumulés

Rens.: C. LEROUGE
76760 Ouveille-L'Abbaye
(France)
Tél. 35 56 90 45

G. S. Montegargnano
Associazione Amici dell'Atletica

5 août 1989 à Navazzo di Gargnano
20 h 30 Lac de Garde (Brescia)

16e de «La Caminàa» 2e des «Diecimiglia del Garda»

Course intern. sur route: 16 km 090
pour h; 6 km 994 pour f.
Nombreux beaux prix en espèces.
Jumelée avec le demi-marathon de
Nazaré (Portugal)

Inform.: Aurelio Forti 365/71600 -
Fulvio Bertanza 365/21666
Gianni Lombardi 365/42324.

3 SEPTEMBRE 89

14 KM et 50 KM
d'AVALLON (YONNE)



ALLURE LIBRE Course
ou Marche

Départ à 9 h 15 (50 km) et 10 h (14 km)
Courses (*gratuites*) pour les jeunes à partir de 10 h
Récompenses à tous les arrivants - Médailles - Lots
Coupe aux premiers de chaque catégorie H - F
Droits d'inscription: 20 F (14 km) - 35 F (50 km)

Renseignements - inscriptions - hébergement:

Guy Degouve

Comité d'organisation d'épreuves pédestres de l'Avallonnais
12, Pl. Vauban - 89200 AVALLON - Tél. 86 34 43 30, le soir

10.6 10e demi-marathon de St-Maurice, VS

Action «Courir pour aider!»



- 17 h 00 Ecoliers/cadets (1,5-3 km, 8 catégories)
- 18 h 30 Calme foulée (5 km, sans classement)
- 19 h 00 Quart-marathon (10,5 km, 2 cat., nouveau)
- 19 h 30 Demi-marathon (21,5 km, 5 catégories)

Délai d'inscription: 3 juin 1989

Renseignements: case postale 4,
ou Bernard Voefray, vers St-Amé 7
1890 St-Maurice, tél. 025/65 26 68

Organisation: FSG + CSC St-Maurice



Cressier-Chaumont 27 mai 1989

Distance: 13 km
750 m dénivellation
Départ: 14 h 30
Tél. 038/47 15 19
Tél. 038/47 13 88

Judi 13 juillet
à 19 h

A travers Echallens

course 8,4 km pr hommes
et 5,6 km pr femmes.
Pour enfants à 17 h 30.

Renseignements:

R. Marguerat,
1372 Bavois.
Tél. (024) 41 46 19

DIMANCHE 27 AOÛT 1989

16e TOUR DU BRASSUS à 10 h.

Course populaire internationale ouverte à toutes et à tous

- Parcours sur routes et chemins forestiers
- 18 km avec 226 m de déniv. et 12 km avec 120 m de déniv.
- Dans les 2 courses, cat.:
 - Cadets - Juniors - Seniors - Vét. I et II
 - Dames: Cadettes - Juniors - Seniors - Vétérans
- Possibilité d'hébergement
- *L'après-midi, courses gratuites pour les enfants*

Renseignements et inscriptions:

Jean-Claude MEYLAN, Rue de la Gare 12, 1348 LE BRASSUS
Tél. (021) 845 58 88 (heures des repas)

L'AVENTURE EN BRETAGNE
DIMANCHE 2 JUILLET 1989 À 15 h.

12e RANDONNÉE DES DOUANIERS CIME-ROUGE — 20,800 km

UNE COURSE CONÇUE PAR DES COUREURS...
... POUR DES COUREURS

circuit pittoresque sur les falaises au-dessus de la mer. Magnifiques médailles millésimées offertes à chaque concurrent. Nombreux lots tirés au sort, dont 4 abonnements à *Spiridon* et un voyage au marathon de New York 1989.

Renseignements et inscriptions (30 F):

Jean-Yves SALLIOU, 10, rue de la Croix Blanche. 22590 PORDIC.
Tél. 96 79 00 73 ou 96 61 27 76.

Vos questions, nos réponses

Après le marathon

Question: *J'ai 43 ans, et je cours plus ou moins depuis 25 ans. Mais il n'y a que deux ans, depuis que j'ai adhéré à un club, que je prends la course au sérieux. J'ai couru plusieurs demi-marathons et deux marathons, le dernier en 3 h 18.*

Que me conseillez-vous comme entraînement après un marathon? Tous les livres et revues que j'ai lus expliquent bien comment préparer un marathon, mais ils restent muets sur ce qu'il faut faire ensuite pour revenir à l'entraînement habituel de 65 à 100 km par semaine. Or, je sais que j'ai tendance à trop en faire...

Réponse de **Bruce Tulloh**: Il est bien difficile de recommander un programme pour l'après-marathon, parce que le temps de récupération dont vous avez besoin dépend de l'intensité de votre effort pendant la course.

Lorsque j'ai traversé l'Amérique à la course, je courais parfois en une journée deux marathons en 3 h 30, avec une pause de deux heures pour le déjeuner!

Nous avons vu plusieurs cas de personnes qui avaient couru un marathon par week-end durant plusieurs mois... Mais pour le coureur moyen, cela doit être considéré comme un gros effort physique, qui nécessite un temps de récupération considérable.

En soi, je conseillerais ceci: seulement de la marche, et pas de course, pendant les trois premiers jours suivant le marathon. Et pour le reste de cette semaine, de brefs trots, rien d'autre.

Durant la deuxième semaine après la course, si vous ne vous sentez plus du tout courbaturé, je vous recommande de revenir à la moitié de votre entraînement normal. Même nombre de

séances, mais sur des distances réduites de moitié.

Deux semaines après le marathon, une longue sortie, mais qui devrait n'être que la moitié de votre longue sortie habituelle. Disons 10-13 km au lieu de 20-25 km. Si après cela vous vous sentez à l'aise, vous pouvez revenir à votre entraînement habituel la semaine suivante.

Si vous vous accordez une juste récupération après la compétition, les courses elles-mêmes servent d'entraînement. Si vous reprenez trop tôt un dur entraînement, la fatigue commencera à s'accumuler à nouveau. Dans le doute, penchez plutôt vers la précaution, et ne revenez pas à un entraînement éprouvant avant de vous sentir tout à fait à l'aise.

Comment estimer votre rythme de course

Dans le n° 102 (pp. 37-38), nous avions proposé, suivant une étude publiée dans *Running Research News*, une méthode en vue d'estimer le rythme de course. Ce qui nous a valu cette question d'un vieil ami genevois. *Si je suis ce procédé, nous écrit-il, pour ma modeste personne qui en est à 11:55 sur 3000 m (VMA), je ne «devrais» pas pouvoir courir un marathon en moins de 3 h 15, soit 4:40 par km. Et pourtant, grâce à un effort raisonnable — en tout cas moins «dur» que pour un 3000 m — je réussis sans trop de peine un temps de 3 h 07 à 3 h 13. Le meilleur temps représente 4:25 par km: la différence est tout de même de 15 sec. Bon, je fais beaucoup de longues distances à l'aise et pas de vitesse du tout (je suis «sexadégénère»). Mais quand je courais le 3000 m en moins de 10 min, je faisais le marathon en 3 h 25!*

Réponse de **Owen Anderson**, rédacteur de *Running Research News*: A première vue, cette question paraît en effet paradoxale, mais elle est parfaitement sensée. C'est vrai, comme le dit votre lecteur de Genève, qu'avec un chrono de 11:55 au 3000 m il ne devrait pas faire mieux que 3:15 - 3:18 au marathon. Mais, dit-il, il s'entraîne en courant de longues distances et **il ne travaille pas sa vitesse**. Ce qui revient à dire qu'il est sans doute capable d'un chrono bien meilleur sur 3000 m, cependant que sur la distance du marathon il court à son **niveau le plus élevé**, puisqu'il fait beaucoup de longues distances. Un individu peu entraîné pour les courtes distances mais bien entraîné pour les longues ne peut pas se référer à son meilleur temps sur 3000 m pour prédire exactement ses performances en marathon.

Running Research News

Pour vous y abonner, c'est très simple: vous adressez un mandat international — ça en vaut la peine — à *Running Research News*, P.O. Box 27041, Lansing, MI 48909, USA. — 20 dollars pour un abonnement d'un an (6 numéros), 35 dollars pour deux ans. Ou l'occasion idéale de parfaire votre anglais.

Pour finir, votre lecteur dit encore: «Quand je courais le 3000 m en moins de 10 min, je réussissais 3 h 25 au marathon...» Ce qu'il ne dit pas c'est qu'il passait alors sans doute pas mal de temps à améliorer sa vitesse durant ses séances d'entraînement (en travaillant, par exemple, selon des intervalles courts et rapides), et qu'il avait tendance à négliger l'entraînement long. Résultat? Sa performance au 3000 m s'est bien améliorée, et le chrono du marathon a empiré, ce coureur ne s'étant pas spécifiquement entraîné pour cette distance. Mais attention, il est difficile de tirer des conclusions d'un **seul** marathon. Le modeste 3 h 25 pourrait ne pas être imputable à l'entraînement, mais plutôt à un mauvais jour, quelle qu'en soit la raison.

Conclusion: lorsqu'un coureur ne s'entraîne pas beaucoup sur les distances courtes, utiliser le chrono d'un 3000 m pour prédire le temps du marathon amènera à une certaine inexactitude. (L'on peut évoquer à ce sujet le cas du Britannique Ian Thompson, qui en 1974 courut le marathon en 2 h 09:12 sans avoir fait mieux que 14:05 sur 5000 m et 30:05 sur 10 000 m. - NT)

"LES TRUCS DE SPIRIDON"



Est-ce le bon rythme?

D'un lecteur de Coutances (50), en France: *Marathonien à 2:55, j'ai 50 ans, 7 ans de cyclotourisme et 9 ans de course à pied. Le médecin du centre médico-sportif ne me conseille pas, vu mon âge, de m'entraîner en résistance soutenue. Je ne fais donc que de l'endurance pour mes marathons, sur la base d'un petit 13 km/h, à raison de 60 à 80 km par semaine. Mon temps sur 10 km: 40 min. J'ai calculé mon VO₂max selon l'exemple que vous avez donné dans le n° 93. J'obtiens ainsi 59,20, pour en arriver à une cadence de 4:23/km à 70% de ce VO₂max, soit 13 km 600 à l'heure.*

Cela veut-il dire que je traîne à l'entraînement, et que je devrais adopter cette allure de 4:23 pour mes sorties longues, ce qui me paraît rapide par rapport à mes temps de passage au marathon? Car j'applique alors la méthode de la vitesse constante, du 1er au 42e km, soit 4:07/km. L'allure qui ressort de votre méthode, si je dois l'adopter, me permettrait-elle de m'améliorer sur le marathon?

Réponse d'Owen Anderson: Dans l'intervalle, j'ai appris que la méthode Costill pour déterminer le VO₂max pourrait faire surestimer la capacité aérobie réelle. Avec un meilleur marathon à 2:55, j'ai donc idée que votre VO₂max est plus près de 55 que de 59. A propos, il existe un excellent ouvrage, *Oxygen*

Power, du Dr Jack Daniels, qui utilise les chronos des courses pour établir le VO₂max.

Bref, en utilisant 55 au lieu de 59 pour ces calculs, on a

$$55 \times 0,7 = 38,5$$

$$\text{puis } 38,5 + 5,24 = 43,7$$

$$\text{puis } 329 : 43,7 = 7,5 \text{ min/mile}$$

$$\text{et enfin } 7,5 : 1,609 = 4,66 \text{ min}$$

$$\text{soit } 4 \text{ min et } 40 \text{ sec au km.}$$

Vous dites qu'à l'entraînement vous courez à env. 13 km/h, cela fait 4:36/km, soit légèrement plus vite que les 4:40 qui me semblent correspondre au 70% de votre VO₂max. Autrement dit, vous avez choisi une excellente allure d'entraînement, légèrement au dessus du 70% du VO₂max. Etant donné le bon succès obtenu (2:55 au marathon), je ne vous conseille pas de modifier votre entraînement.

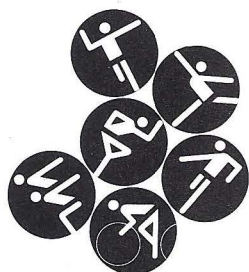
Et les tapis roulants?

D'un kiné de Sion (Suisse): *De nombreux entraîneurs déconseillent les tapis roulants pour l'entraînement de la course à pied. Pourtant, Mme Kristiansen, selon ses dires, s'entraîne surtout sur ce genre de tapis. Asics Tiger a créé le «Powerjag», Tunturi a son tapis, et les Américains ont les leurs. L'un est-il meilleur que l'autre? En ce cas, l'entraînement est-il différent?*

Réponse d'Owen Anderson: Je n'ai découvert aucune étude scientifique relative aux tapis roulants. Je ne suis donc pas certain qu'il y ait entre eux des différences qualitatives. S'entraîner sur tapis roulant, c'est bien, si l'on sait qu'à une certaine allure un coureur aura tendance à utiliser plus d'oxygène sur le tapis que sur une surface ordinaire. Cela signifie que si vous vous entraînez en courant à 75% de votre VO₂max, votre allure réelle sera plus lente au tapis roulant, même si l'intensité de votre effort est la même que sur route, par exemple. Autrement dit, l'entraînement sur tapis roulant ne sera pas aussi efficace pour un même VO₂max, parce que là vous n'apprenez pas aux muscles de vos jambes à courir aussi vite, et à votre système nerveux à coordonner correctement un mouvement plus rapide.

Mais lorsque le temps est trop mauvais pour courir à l'extérieur — c'est le cas d'Ingrid Kristiansen en Norvège et en hiver — le tapis roulant peut offrir une excellente possibilité. Les tapis roulants peuvent aussi être inclinés selon des angles différents afin de simuler l'entraînement en côte, ce qui est une excellente manière d'inciter à courir de manière plus économique. C'est ainsi que les tapis roulants peuvent être utiles.

Réponses traduites de l'anglais par Roberto de Munari



SPORT TESTER

EPROUVE PE 3000

pour le sport de compétition actif

Avec le SPORT TESTER PE 3000 vous pouvez surveiller et diriger votre entraînement avec précision. Le micro-ordinateur cardio-fréquence-mètre PE 3000 avec deux limites, haute et basse, que vous pouvez programmer vous-même, donne immédiatement l'alarme en cas de dépassement de ces limites. Rythme d'enregistrement possible: 5, 15 ou 60 sec. Capacité de mémoire: 80 min., 4 heures ou 16 heures suivant le rythme. Avec le PE 3000 vous pouvez aussi obtenir un ordinateur (compat. IBM avec div. software), ou une printeface (interface et imprimante).

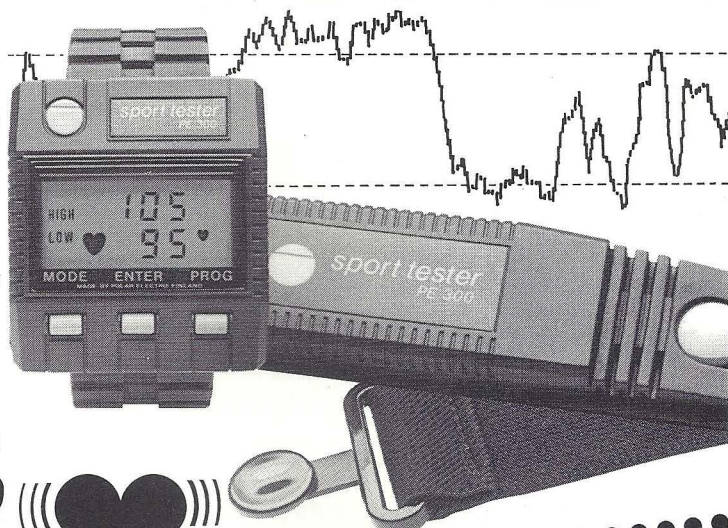
680.-

NOUVEAU PE 300

pour fitness et rééducation

Le modèle simplifié PE 300 (sans enregistrement de fréquence cardiaque) contrôle sûrement les charges auxquelles sont soumis cœur et circulation. Grâce à l'enregistrement du temps, la durée de la charge peut être fixée dans le cadre de l'entraînement désiré. Les deux appareils se composent l'un et l'autre d'une ceinture à électrodes avec émetteur (sans fil) et d'un récepteur (montre-bracelet).

390.-



☐ Envoyez-moi le SPORT TESTER PE 3000 à Fr. 680.- contre remboursement (avec droit de renvoi)

☐ Envoyez-moi le SPORT TESTER PE 300 à Fr. 390.- contre remboursement (avec droit de renvoi)

☐ Envoyez-moi la documentation sur le programme SPORT TESTER

PE 3000 ☐ / PE 300 ☐

Age: _____

Nom: _____

Adresse: _____

NPA/Lieu: _____

Signature: _____

CH-8152 Glattbrugg, Kanalstrasse 15, Tél. 01/810 46 00

LMT LEUENBERGER MEDIZIN TECHNIK AG

TEAM 8901/LB10879

Coupon

Calendrier officiel de la CIME 1989

Date	Dénomination	Pays	Cat.	Dist. en km	Déniv. max.	Coordinateur
15.5	La Foulée Verte	F	super	14,7	850	Office du Tourisme, 38970 Corps
20.5	Vallorbe - Dt de Vaulion	CH	brune	10,5	850	J.-M. Charlet, Anc. Pontarlier 18, 1337 Vallorbe, 021/843 30 40
27.5	Cressier - Chaumont	CH	grise	13	750	S. Fournier, St-Martin 6, 2088 Cressier, 038/47 15 19
4.6	Gedenklauf Seelisberg	CH	brune	9,5	1115	T. Tramonti, 6377 Seelisberg, 043/31 32 56
11.6	Cross de la Roche	CH	brune	12,2	678	C.B. Goy, 1261 St-George, 022/68 13 58
11.6	Crête des Voirons	F	brune	14	1000	ARC Cranvessales, Mairie, 74380 Cranves-Sales, 50 39 30 18
18.6	Blumenstein	CH	grise	8	792	H. Hausler, 3638 Blumenstein, 033/56 24 97
25.6	Arette - St-Martin	F	rouge	23,3	1250	M. Ipas, 64570 Pierre-St-Martin, 59 28 41 10
25.6	Montreux - Rochers de Naye	CH	rouge	19,7	1700	F. Brühlart, Riant-Mont 10, 1804 Corsier, 021/922 60 01
25.6	Six-Blanc	CH	super	7,2	1200	J.-F. Murisier, 1937 Orsières, 026/4 13 13
2.7	Cross du Mont-Blanc	F	rouge	23,3	1360	C. Roussel, 63 rte des Praz, 74400 Chamonix, 50 55 88 59
2.7	Randonnée des Douaniers	F	rouge	20,8	300	J.-Y. Salliou, 10 r. de la Croix-Blanche, 22590 Pordic, 96 79 00 73
8.7	Crêtes du Pays Basque	F	rouge	28	750	G. Etxart, 64250 Espelette, 59 29 95 24
9.7	Danisberglauf	CH	grise	13	860	Verkehrsverein Sportsekretariat, 7078 Lenzerheide, 081/34 34 34
9.7	Grimpée du Môle	F	gris	12	800	S. Stedile, Av. de la Mairie, 74130 Marignier, 50 34 53 38
9.7	Torrenthornlauf	CH	brune	7	1220	A. Mathieu, Haus Sabine, 3941 Albinen, 027/63 27 06

LE COIN DE L'AFCF

VENEZ COURIR AVEC NOUS !



MARATHON DE NEW YORK 1989

Dans une ambiance amicale et la meilleure organisation, venez avec l'AFCF vivre le marathon de New York 1989 et découvrir les USA. Pour commémorer le 10^e anniversaire AFCF et le bi-centenaire de la Révolution française, l'Amicale Française des Coureurs de Fond prépare une grande fête et différentes surprises pour les participants. A nouveau, nous louerons trois avions:

2 BOEING 747
1 CONCORDE

Les inscriptions débutent. Ne manquez pas ce rendez-vous annuel toujours couronné de succès et qui fait la joie de nos adhérents.

VOYAGE ORGANISÉ du 2 au 7 novembre 1989
MARATHON le 5 novembre 1989.

AUTRES ORGANISATIONS AFCF

- 20 km MASKI - COURONS - juin
- MARATHONS DE STOCKHOLM, HELSINKI, BERLIN, TAHITI, etc.
- et au **SEMI-MARATHON DE NAZARÉ** (12 nov.) si demandes suffisantes.

*L'AFCF LE MEILLEUR ALLIÉ
DU COUREUR À PIED*

Pour tous renseignements:
AFCF
64, rue Claude-Decaen
75012 PARIS
Tél. 46 28 10 00



à Bruges

CHAMPIONNATS D'EUROPE DES VÉTÉRANS

en Belgique

Samedi 24 juin

- 10 km sur route (h et f)
- 20 km marche (femmes)
- 30 km marche (hommes)

Dimanche 25 juin:

- marathon (h et f)



Toute correspondance à Jacques Serruys,
B.P. 7, B-8000 Bruges 1, tél. 050 - 387612.

Clôture des inscriptions: 20 mai 1989

Calendrier particulier

En caractère gras: les courses annoncées à la rédaction.

Inscript. complète: 200 FF (50 FS).

Prochain calendrier: 30 juin

Dernier délai pour les annonces: 5 juin

Adresse: Publi-Spiridon, 1922 Salvan (Suisse), tél. 026/61 12 12

mai

- 12- CH: Tavannes, Juracime, tél. (032)
- 15.5 91 21 20
- 13.5 CH: (et non le 20!): Course de Vissoie, voir p. 11
- 13.5 CH: Grand Prix de Berne
- 13.5 F: Niort (79), 50 km, 49.25.56.50
- 13.5 F: St-Rémi de Provence, 18.8 km, 90.92.31.58
- 14- F: Corps (38), Foulée Verte, 76.30.03.85
- 14.5 F: Vallorcine (74), 4-16 km, v. p. 35
- 14.5 F: Commarin (21), Pentecotes, 16 km, 80.65.30.75
- 14.5 F: Mably (42), 25 km
- 14.5 BUL: marathon de Sofia
- 15.5 F: Le Quesnoy - Valenciennes (59), 20 km à 14 h 30
- 20.5 CH: Vallorbe - Dt de Vaulion, v. p. 35
- 20.5 CH: course de Riddes?
- 20.5 CH: courses de Belfaux?
- 20.5 CH: 10 km de Genève
- 20.5 F: Mèze (34), semi, v. p. 34
- 20.5 F: Rouen, marathon Jeanne d'Arc, p. 34
- 20.5 F: Chavagnes-en-Paillers (82), 100 km, 51.42.24.97
- 20.5 F: Lignières (18), 21 km
- 20.5 F: Brie-s-Marne (94), 10 km
- 20.5 F: Bénay (01), 25 km, 74.51.03.85
- 21.5 F: Acigné (35), 10 et 20 km f., 99.00.67.93
- 21.5 F: Colombier Fontaine (25), 1-21 km, 81.93.62.09
- 21.5 F: Château-Landon (77), 25 km
- 21.5 D: marathon de Hambourg
- 21.5 POL: marathon de Wrocław
- 27.5 CH: Rebeuvelier, 7-13 km, v. p. 35
- 27.5 CH: Cressier-Chaumont, voir p. 29
- 27.5 CH: course de Meinier?
- 27- I: Firenze-Faenza, 100 km, 0546-28455 ou 25231
- 28.5 CH: Savigny, Course à Dingler, (021) 781 18 22
- 28.5 F: Semur-en-Auxois (21), C. des Chaumes
- 28.5 F: Evian-les-Bains (74), 20 km, p. 35 (et non le 29 mai) F: Ploudalmézeau (29), 50 km: L. Magueur, Keruscat, 29262 Ploudalmézeau, 98.48.04.50 et 98.48.13.49
- 28.5 F: Vaison-la-Romaine (84), 17 km

juin

- 1-29.6 F: Paris-Lisbonne, 7000 km en relais, 45.60.91.09
- 2/3.6 CH: 100 km de Bienne
- 3.6 F: Cousance (Jura), 25 km, p. 34
- 3.6 F: Biathlon de Balzac (16) 45.68.29.38
- 3.6 F: Bagneux (92), 12 h piste: (1) 46.57.36.87
- 4.6 CH: Tour de Corcelles?
- 4.6 CH: Euseigne, cross du Bisse?
- 4.6 F: Estagel (66), semi, 68.52.89.05
- 4.6 F: Sancerre (18), 21.3 km: D. Gaucher, Menetou Ratel, 18300 Sancerre
- 4.6 F: Cluses-Agy (74), 15 km?
- 10.6 CH: St-Maurice, 21.1 km, v. p. 29
- 10.6 CH: Foulées d'Estavayer?
- 11.6 CH: Auvernier - Chaux-de-Fonds?
- 11.6 CH: cross de Trélex?
- 11.6 CH: cross de St-George?
- 11.6 CH: Biathlon de Bernex
- 11.6 CH: Berne, course de femmes
- 11.6 F: Cranves-Sales (74)?
- 11.6 F: Masevaux (68), marathon du Ballon d'Alsace et Tour de la vallée de la Doller: R. Schreck, 6 rue St-Fiacre, 68100 Mulhouse
- 11.6 F: Valenciennes (59), 12 km: 27.46.68.22 (505)
- 17.6 CH: Vugelles-Chasseron?

- 17.6 CH: Course de la Paix, 4 relais en Suisse, arrivée à Genève (ONU): 01.202.89.97
- 17.6 F: Villemur s. Tarn, Ronde de Montauriol, 10 et 22 km, tél. 61.86.07.81
- 18.6 CH: Chaux-de-Fonds: la Bicha?
- 18.6 F: Paris, 100 km de la Div. Leclerc, (1) 42.65.33.42
- 18.6 F: Trouy (18), 22 km
- 24.6 F: St-Jean-de-Chevelu (73), 4 h indiv. et en relais: R. Warengem, 36 rue Jean Gabin, 73000 Chambéry
- 24- F: Gignondas (84), Trav. des Dentelles de Montmirail, 11 et 21 km: 90.70.35.24
- 24- B: Bruges, champ. europ. vét., page 32
- 25.6 CH: Gland, biathlon pop., p. 29
- 25.6 CH: Orsières, super-cime, p. 11
- 25.6 F: Bernex (74), super Côte?
- 25.6 F: Phalempin (59), 25 km
- 25.6 POL: marathon d'Otwock
- 25.6 BR: marathon de Rio de Janeiro
- 27.6 CH: meeting de Lausanne
- 29.6 FIN: Helsinki, Worldgames

juillet

- 1.7 CH: Marsens, Tour du Gibriloux?
- 1.7 CH: Le Boéchet, 25 km?
- 1.7 NOR: Oslo, Bislett-Games
- 2.7 F: Erquinghem Lys (Nord), 15 km
- 2.7 F: Le Cheylard - Chanéac (07), montée de l'Eyrieux, 14 km: J.-L. Piou-Rioux, 07310 Chanéac, 75.30.42.63
- 2.7 F: St-Didier (84), 20 km: J. Espena, 222 Le Cours, 84210 St-Didier, 90.66.08.70
- 2.7 F: Pordic (22), Randonnée des Douaniers, voir p. 29
- 2.7 F: Relais de la Montagne Bourbonnaise (03), 100 km relais à 5: J.-L. Geneste, Les Merciers, Busset, 03270 St-Yorre
- 8.7 CH: Vercorin, Tour du Mont?
- 8.7 F: Crêtes du Pays Basque, 8-28 km: G. Etxart, 64250 Espelette, 59.29.95.24
- 8.7 F: Clochemerle (69), marathon en relais: 78.75.40.56 ou 74.03.20.46
- 8.7 F: Carros (06), semi des 3-Communes, 93.29.12.71 ou 93.29.02.89, voir no 112
- 9.7 CH: Lourtier-Mauvoisin?
- 9.7 CH: Ollon-Villars-Roc d'Orsay?
- 9.7 F: Marignier (74), Grimpée du Môle, voir p. 34
- 9.7 F: St-Neomaye (79), 11.3 et 20 km
- 13.7 CH: A travers Echallens, p. 29
- 13- F: Ouveille - L'Abbaye (76), Tour du Pays de Caux, p. 29
- 14.7 F: Chamberet-en-Corrèze (19): voir p. 34
- 14.7 F: Perpignan, 20 km?
- 14-17.7 F: Tour d'Auvergne, env. 720 km, équipes de 5
- 15.7 CH: Anzère, 17 km?
- 16.7 CH: Rougemont - Videmanette?
- 16.7 CH: Chaumont-Chasseral-Chaumont, voir p. 11
- 22.7 CH: Nendaz, Tour des Crêtes?
- 22.7 F: Arles-s-Tech (66), voir p. 35
- 23.7 CH: Martigny - Verbier?
- 23.7 F: Marvejois - Mende (48), p. 11
- 23.7 F: Carcen Ponson (40), 3.9 - 11.7 km, tél. 58.73.45.63
- 23.7 F: Beauvais (60), marathon
- 23.7 F: au Jura, 25 km route à 9 h. Organisé par F.R. Prénovel - Les Piards, 39150 Jura (F), tél. 84.60.41.26 ou 84.60.41.97
- 29.7 H: Le Châtel s. Bex, Trophée des Dents-de-Morcles, (025) 63 25 71
- 29.7 CH: Davos, Swiss Alpine Marathon?
- 30.7 CH: Sierre - Montana
- 30.7 F: St-Agnan-en-Vercors (26), v. p. 28
- 30.7 F: Megeve (74), cross des Crêtes, tél. 50.212.31.50, voir no 112
- 30.7 F: Abries - Molines (05), 16.5 km

août

- 1-20.8 CAN: Matagami - Baie James (env. 600 km): WACO, 5 rue des Cuples, 67000 Strasbourg, 88 37 08 19
- 5.8 F: Paris (St-Cloud), 15 km
- 5.8 I: Navazzo s. Gargnano, 16.1 km, voir p. 29
- 6.8 CH: Thyon, course du Val des Dix, (027) 22 71 72 ou 81 11 03, voir no 112
- 6.8 F: St-Hilaire de Riez (Vendée), marathon de la Côte de Lumière, B.P. 4, 85270 St-H. de R., 51.54.04.01, voir no 112

Grains de sel

A Uriage, au soir du 15 avril dernier un inconnu est venu nous dire très discrètement: *Je suis du Spiridon-Catalan. Merci d'avoir publié gratuitement plusieurs de nos courses au calendrier de Spiridon. Etait-ce seulement «la moindre des choses»? Non. Car dès le présent numéro, nous considérons (enfin) qu'une inscription complète constitue une prestation que notre revue fournit au prix de 200 F. La quasi-totalité des organisateurs contactés l'ont bien compris, préférant passer commande d'une annonce, d'autant plus que nous la remboursions sous la forme de bons d'abonnement à Spiridon.*

Le délai d'inscription à notre prochain calendrier - dit «particulier» car il privilégie les organisateurs qui désirent voir leur course y figurer - expire le 5 juin, un lundi. Au delà de cette date, tentez quand même votre chance par téléphone (026-611212) ou, encore mieux, par télécopie (026-611252).

Un dessinateur, aussi doué soit-il, n'est pas un bureaucrate de la planche à dessin. Surtout s'il a le talent du Belge Julos, que nos lecteurs connaissent bien. Notre dessinateur, c'est un homme comme un autre, qui nous écrit des lettres superbes, presque toujours précédées de longs silences. Ceux propices à la création.

Voici donc des nouvelles extraites de la dernière en date: *Julos a cessé de fumer. On le voit fréquemment grimper aux murs, mordre dans sa matraque de service, hurler à la mort, se rouler dans les bouses de cerf ou demeurer prostré durant des heures, observant la progression d'un gastéropode (ça le calme). Mais le plus dur c'est quand il s'assied à sa table à dessin (c'est là qu'il consommait le plus de nicotine).*

Ex-gros fumeur mais «dessinateur nul» (au dire de sa filleule Sarah), le rédacteur de *Spiridon* compatit le plus sincèrement qu'il peut.

N.T.

- 6.8 F: Aydius (64), voir ci-dessous
- 6.8 E: Grenade - Pico del Veleta, 50 km / 2800 m! - Club de Atletismo, Ciudad de Granada, Deportes Santos, M. José Maldonado, c. S. Juan de Dios 52, 16000 Grenade
- 13.8 CH: Sierre - Zinal, Office du tourisme, 3961 Zinal, (027) 65 13 70 - 65 32 63, voir no 112
- 20.8 ISL: marathon de Reikjavik
- 22- URSS: Severobaikalsk (Lac Baikal)
- 31.8 - Chara: 422 km (10 marathons en 10 jours!)
- 27.8 CH: Tour du Brassus, voir p. 29
- 27.8 B: Descente de la Lesse, v. no 112

septembre

- 2.9 CH: Genève - Lausanne - Bulle, 110 km, (où vous serez choyé comme rarement vous l'avez été), avec Ross (8 h 08 en 1988), Kis-Kiraly, etc. voir p. 11

à AYDIUS (Pyrénées-Atlantique)

Dimanche 6 août à 16 h

9^e GRAND PRIX DES ISARDS

CIME brune

FFA - S.C.A. 12.9 km/710 m déniv.

Ouvert à toutes et à tous, lic. ou non
Plus de 8000 F de prix, coupes, médailles, diplômes, tee-shirts, etc.
Nombreux lots de valeur

ATTENTION:

Fête locale, soirée dansante, feu d'artifice géant.
Possibilité d'hébergement pour une ou deux nuits. Inscript. (20 FF) et renseignements: Pierre HONTHAAS - 64490 AYDIUS (France) Tél. 59.34.75.69.

et puis encore:

- 1.10 CH: Morat - Fribourg
- 1.10 F: semi de Wormhout (Dunkerque)
- 1.10 F: Paris - Versailles, voir p. 34
- 1.10 F: Saint-François de Sales (73), 15 km / 700 m
- 7.10 CH: 100 km de Port-Valais, v. p. 10
- 15.10 I: marathon de Venise
- 22.10 D: marathon de Francfort
- 29.10 F: Marseille-Cassis, voir no 112
- 5.11 USA: marathon de New York, v. p. 32
- 12.11 POR: demi-marathon de Nazaré, dans une bourgade, un pays et une ambiance incomparables! Dép. de Paris, par l'AFCE, voir p. 32. - Dép. de Genève (s'il reste des places libres...), par R. de Munari, Village Suisse 12, 1205 Genève.
- 18.11 F: Montsalvy (15), Ronde de la Châtigneraie, 100 km relais
- 19.11 I: marathon di Romacapitale
- 2- NÉPAL: marathon de Kathmandou
- 16.12 (8 x 25 km), organisée en collaboration avec N. Tamin, voir p. 10
- 10.12 E: Palma de Mallorca, marathon
- 31.12 Brésil: Corrida de São Paulo, voyage organisé en collab. avec N. Tamin. Dép. de Genève le 28 déc., dès le 2 janvier: à Rio jusqu'au 10, ou div. options à la carte (individualisées à votre guise). - Executive Travel, Th. Bernard, 40 rue du Rhône, 1204 Genève, (022) 28 99 66.

Samedi 7^e semi-marathon
20 mai 1989 de Mèze
20,6 km

Départ à 17 heures
Inscription: A.L.E.M.,
Ecole Clemenceau, 34140 Mèze
25 F par courrier - 30 F le jour de l'épreuve
Tél. 67.43.81.01 - 67.77.15.80 - 67.43.94.18
Récompenses pour tous
Grande brasucade
(huîtres, moules, saucisse)
après la course
40 F par coureur
50 F pr accompagnateur

Samedi 3 juin 1989
Venez courir les 25 km
de COUSANCE (Jura)
à 20 km au sud de Lons-le-Saunier

2 courses:
25 km, et 7 km pr populaires
Départ à 15 h - *Ambiance sympa*
Fête après l'épreuve - Repas cham-
pêtre - Coupes - Lots en espèces - Et
un voyage d'une semaine en Grèce.

Renseignements: Christian BRETIN,
Sur la Fontaine, 39190 Cousance
Tél. 84.48.90.91 ou 84.85.91.30

PARIS-VERSAILLES

1789
1^{er} octobre

A Paris le 14 Juillet,
les hommes
ont pris la Bastille.
A Versailles le 6 octobre,
les femmes
ont pris la Royauté.

De la tour Eiffel
au château de Versailles,
par la côte des Gardes
et la forêt de Meudon.
Courir
ou marcher.

« Fête la course ! »

12 heures, 17 km 700... Des animations à découvrir.
Renseignements: Paris-Versailles. B.P. 170.
78004 Versailles Cedex. Tél. : 30 21 10 25.

à Marignier (Haute-Savoie)
9 juillet à 9 h

9^e Grimpée du Môle

cime grise

12 km / 800 m
à travers les alpages du Môle
(1863 m)
Cat.: cadets, jun., sen., vét. I
et II, dames
Inscript.: S. Stedile, Le Vieux Pont,
74130 Marignier.
Héberg: tél. 50.34.53.38

CHAMBERET-EN-CORRÈZE

14 juillet 1989

L'événement de la course sur route
en Limousin

6^e

COURSES DE SAINT-DULCET

animées par L.-Y. BOHAIN et P. MOURNETAS

LE CHOC DES CHAMPIONS

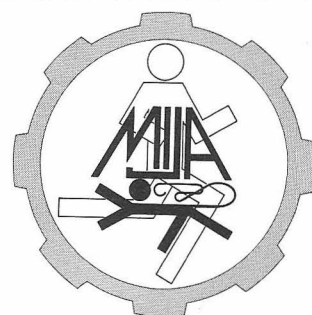
LE RENDEZ-VOUS

de tous les amoureux de la course à pied

LA FÊTE POUR TOUS

Renseignements: J.-F. DESMOULIN
19370 CHAMBERET - Tél. 55 98 34 26

**Qualificatif
pour les championnats
de France**



MARATHON INTERNATIONAL JEANNE D'ARC

3^e édition

ROUEN, LE SAMEDI 20 MAI 1989

**Dès aujourd'hui, préparez votre meilleure
performance de l'année...**

Un marathon taillé sur mesure pour vous tous...
Votre but : finir... Notre souci : vous accueillir.

**Samedi 20 mai 1989
à 14 h 30**

Vallorbe - Dent de Vaulion

CIME

10 km / 850 m

Inscript.: J.-M. Charlet,
Zürich-Assurance, tél. (021)
843.90.40 + répondeur.

*Médaille unique du 850^e
anniversaire de Vallorbe
(1139-1989)*

**Samedi 22 juillet à 6 h
8^e 50 KM
D'ARLES-SUR-TECH
(Pyrénées-Orientales)**

CIME ROUGE. 1 boucle
Déniv. 1320 m sur petites routes
ou pistes. Panorama grandiose sur
Roussillon et Mer.

DÉLAI MAXI: 11 h

RECORD: Domingo CATALAN
en 3 h 06'10"

346 inscrits en 1986

Récompense, grillade catalane

Renseignements et inscriptions

(60 F) Jean FAURE, Oasis, 66150

Arles-sur-Tech (France)

Tél. 68.39.08.23.

De votre annonce nous faisons des cadeaux!

Tarif réservé aux organisateurs de course:

	France	en cadeau	Suisse	en cadeau
la page:	4500 F	16 abonnt*	1395 Fr.	23 abonnt*
1/2 page	2925 F	9 abonnt*	750 Fr.	12 abonnt*
1/4 page	1575 F	5 abonnt*	555 Fr.	9 abonnt*
1/8 page	900 F	4 abonnt*	375 Fr.	6 abonnt*
1/16 page	675 F	3 abonnt*	195 Fr.	3 abonnt*

Pour une formule d'insertion: Publi-Spiridon,
1922 Salvan (Suisse), tél.: 026/61 12 12.

* attribué ensuite par tirage au sort, par exemple.

délai: 5 juin

Samedi 27 mai, dès 13 h 30

Les Vasymolo t'invitent à l'amitié!
T'hésites un peu? Tu cours 7 km? T'as la frite et
l'envie de découvrir? Tu cours 13 km, où ça? ...

au **4^e Tour de Rebeuvelier**

dans le Jura suisse (à 7 km de Moutier,
à 9 km de Delémont)

«Un village en fête»

Rens.: J. Staempfli,
La Maison du Bonheur
2765 Rebeuvelier,
(066) 35 50 82

«Une course en fête»

V^e MARATHON DES CHÂTEAUX DU MÉDOC

Samedi 16 septembre 1989



LE MÉDOC, C'EST LA FÊTE!

SOCIÉTÉ
GÉNÉRALE

GRUPE
DE BORDEAUX - INTENDANCE
La Banque des Sportifs

**RENSEIGNEMENTS: AMCM-COMMANDERIE DU
BONTEMPS-DE-MÉDOC ET DES GRAVES - LA VERRERIE
33250 PAUILLAC (FRANCE) - TÉL. 56.59.01.91**

BERLIN[®] 89 MARATHON

Le plus grand et
le plus célèbre
marathon
d'Allemagne
de l'Ouest

1^{er} octobre

parcours: tout à fait plat et asphalté, interdit au trafic

température: 10,9° C

records: 2 h 11:03 par Boguslaw Psujek (Pol) en 1986

et 2 h 29:16 par Renata Kokowska (Pol) en 1988.

En 1988: 2154 coureurs à moins de 3 h!

concurrents: environ 16 500.

taxe d'inscript.: 55 DM si vous ne résidez pas en RFA.

date limite: 17 août; temps limite: 5 heures.

animation: exposition-vente, jogging et petit déjeuner
au Stade Olympique, dîner (pâtes), service religieux
œcuménique à l'église du mémorial de l'empereur Guillaume;
consult. pour coureurs, fête d'après-course, programmes,
diplôme, médaille, et liste de résultats à tout arrivant.

Notez-le bien:

au 15^e MARATHON DE BERLIN, en 88,
**16 116 engagés venus de 57 pays,
13 156 à l'arrivée,
environ 520 000 spectateurs!**

Vainqueurs en 1988: Renata Kokowska (Pol), 2:29:16
Suleyman Nyambui (Tan), 2:11:45

**Venez à Berlin le temps de quelques jours
consacrés au sport et à la culture!**



BERLIN-MARATHON
Meinekestrasse 13
D-1000 Berlin 15
☎ 0 30 / 882 64 05
Telex: 186102 broko d
Telefax 0 30 / 72 50 26

**SCC
BERLIN**

17. BERLIN-MARATHON, INTERNATIONAL · SEPTEMBER 30, 1990

EVIAN-LES-BAINS
(Haute-Savoie 74)

**DIMANCHE 28 MAI, à 9 h
2^e 20 km**

organisé par l'office du tourisme
et l'Athlétique-Club-Evian

**15.000 F de primes
+ coupes + lots**

1^{er} Homme : 2.000 F ; 1^{re} Femme : 1.500 F
1.000 F pour record de l'épreuve (1 h 02'50")
500 F pour la 1^{re} équipe (cinq coureurs), etc.
Tee-shirts à tous les concurrents

Renseignements : M. Boucansaud
Gilles, Montigny, Maxilly, 74500 Evian,
tél. 50.70.74.08

Au pays du mont Blanc
dimanche 14 mai, dès 8 h 45

15^{es} Foulées vallorcines

toutes cat., hommes et femmes.
Animation l'après-midi; prix à tous les
coureurs classés.

Inscript.: 20 FF pr minimes et cadets -
30 FF pr autres catégories.

Inscript.: jusqu'au samedi 13 mai à 12 h
- passé ce délai, taxe doublée.

Rens.: Syndicat d'initiative, 74660
Vallorcine (F) - Tél. 50.54.60.71

Vallorcine est situé à 15 km de Salvan et
de Chamonix, sur la ligne de chemin de
fer Martigny-Chamonix.

Une usine à monstres

par **Pierre Foglia**

Il y a les sportifs. Et il y a les athlètes de haut niveau, les phénomènes, les monstres de foire. Dans le premier cas on parle de loisir, de bonne forme, de santé. On parle aussi d'égo, d'où les capotés qui se gonflent les pectoraux aux hormones, mais c'est là une pratique circonscrite au culturisme, une minorité négligeable. La grande majorité des sportifs «du dimanche» qui courent à pied, font du ski ou du vélo ne se shootent à rien d'autre qu'aux vitamines et au jus de carotte...

Dans le second cas, les phénomènes, les athlètes de haut niveau, on parle de spectacle, donc de performance, donc de travail, d'entraînement intensif. IL N'EST PAS QUESTION, ici, DE SANTÉ. Pas une seconde. C'est le premier point à retenir quand on veut parler de dope dans le sport sans dire trop de conneries. Et dieu sait qu'on en a jamais autant dites depuis que cette commission royale d'enquête sur le dopage sportif a fait sortir de leur trou une légion de moralisateurs, juges, journalistes, médecins, philosophes et quoi encore, tous curés d'un idéal olympique qui n'a jamais existé qu'en mots.

Ce qu'ils ne disent pas, ces aimables tartufes, c'est que, stanozolol ou pas, courir le 100 mètres en 10 secondes ou sauter 18 pieds à la perche ce n'est pas «normal», même pour un athlète d'exception. C'est le résultat d'un entraînement extrêmement intensif, abrutissant et physiologiquement aberrant.

La dope, celle qu'a prise Ben Johnson et celle qu'ont prise les haltérophiles n'intervient que pour rendre supportable cet entraînement de fou, pour le pousser un peu plus loin, bref pour être plus productif, plus compétitif, plus rentable...

Bon, c'est vrai, entendu, vérifié médicalement, cette dope c'est de la merde. Ça fait pousser le poil au menton des coureuses de 800 mètres, ça donne des boutons et le cancer du foie. Ce que personne ne dit cependant, dans ce débat de flics, c'est que lorsqu'on aura contrôlé le dopage, si on le contrôle jamais, le problème restera entier: le sport de haute compétition sera toujours, de toute façon, une usine à fabriquer des monstres physiques et mentaux.

Supprimez les anabolisants et l'athlète devra encore lever des tonnes et des tonnes de fonte par semaine, nager des milliers de longueur de piscine, répéter des millions de fois le même mouvement aux barres asymétriques pour espérer être seulement sélectionné.

Le sport c'est cette chose gratuite, sans contrainte, que vous faites quand vous jouez au tennis avec des amis, quand vous partez en randonnée de ski de fond, quand je prends mon vélo pour un 60 kilomètres dans la campagne. Qu'on le dise à tout le monde, qu'on l'écrive dans les dictionnaires: le sport c'est le premier arrivé POUR RIEN. C'est celui qui gagne pour le fun de gagner, ce qui suppose que tu t'entraînes un peu, même si tu t'en caches: «Moi? je roule pas fort, les gars, ça fait deux mois que j'ai pas monté sur un vélo...» et dans le dernier droit tu les plantes là... C'est ça du sport. C'est ça un athlète: le bonhomme de 35 ans, monteur de ligne à Hydro, qui court le marathon en 2 h 57...

Pour ce qui est de la belle Florence Griffith-Joyner, trois médailles d'or à Séoul, ce n'est pas une athlète. C'est un monstre du grand cirque olympique. Comme jadis la femme sans tête. Comme Ben Johnson. Comme quelques dizaines d'autres. Ils donnent un spectacle prodigieux aux millions de télé-spectateurs qui suivent les jeux, les commanditaires sont contents, le cirque replantera une tente plus grande encore, à Barcelone...

Mais, curieusement, les mêmes moralisateurs, journalistes, médecins de tantôt voient dans ces excès-là un dépassement digne de médaille, un idéal... Depuis que je fraie dans le monde du sport, autant dire depuis toujours, je les ai vus se prosterner mille fois devant la petite gymnaste de douze ans qui pratique quatre heures par jour. Ces petites gymnastes perclues de tendinites à 14 ans, fêlées de partout, plus maganées que des vétérans de la guerre du Viet Nam (une enquête faite pour le compte du National Collegial Athletic Association montre que les gymnastes féminines sont les athlètes les plus blessées — plus que les joueurs de football — blessures nécessitant, plus que dans tout autre sport, une intervention chirurgicale. — *Time*, novembre 1987).

Les mêmes qui lèvent le nez sur ceux qu'ils appellent gravement les tricheurs ont toujours montré aussi la plus vive admiration pour les petites nageuses qui se lèvent à cinq heures du matin pour s'envoyer 60 longueurs de piscine avant d'aller à l'école. Et qui iront en nager 60 autres après l'école. C'est tout à fait là le genre de santé mentale et physique qu'on aime citer en exemple du côté des tartufes de l'idéal olympique...

Ce sont ces gens-là qui pleurent le plus fort le paradis perdu. Qui pressent les flics de mener leur enquête le plus rondement possible. Ils ont hâte, l'abcès vidé et les dernières traces de stanozolol effacées, de célébrer la gloire de nouveaux petits monstres tout propres qui n'auront pas triché.

Ne comptez pas sur eux pour remettre en cause l'idéologie de la haute compétition qui a perverti à jamais le sens «ludique» du sport. Remettre en cause le mouvement olympique complètement piégé dans les grilles des networks américains et japonais. Remettre en cause l'entraînement intensif des enfants, un scandale au moins aussi pitoyable que le travail des enfants au début du 19^e siècle.

Remettre en cause la définition même du sport.

Dès lors que ce n'est plus du sport (et les olympiques n'en sont plus depuis longtemps), dès lors que c'est un travail de cirque, la posologie des numéros ne nous regarde pas. Qu'on s'assure du minimum: «Sont-ils majeurs? Est-ce bien écrit «poison» en rouge sur la petite bouteille? Savent-ils lire?». Le reste, on devrait s'en foutre. Si ça lui plaît à Florence Griffith d'avoir des moustaches, c'est son affaire. Si Ben Johnson a calculé que dix millions c'est une indemnité raisonnable pour son cancer du foie, c'est son foie...

Quant à la loyauté, qu'on ne me fasse pas rire, j'ai les lèvres gercées. La dope fait moins la différence entre les athlètes que les moyens techniques mis à leur disposition. Croyez-vous que le lanceur de javelot du Zaïre est sur le même pied que le Soviétique? Il peut prendre tout le stanozolol qu'il voudra, le petit gars du Zaïre, il n'a pas l'ombre de la queue d'une chance...

Et qui vous dit que les rameurs allemands n'ont pas, déjà, un chromosome de trop? (...)

□

Tiré de *La Presse* (Montréal) par Joël Dada

Florence Griffith, belle incarnation d'une interrogation.

Photo Mark Shearman



par Jacques Berlie.

THÈME: les coureurs de 5000 m



Vous pourrez ainsi gagner, à choix, une paire de chaussures **Revington Pick** de **Ron Hill**, ou des **Saucony Freedom GT**, prix offert par *Articles Spiridon*.

Vive le premier mort?

(...) Le texte que tu as publié, sous la plume de ton père, est fort touchant: «Aujourd'hui, personne n'est capable de se dévouer et de courir jusqu'à en mourir d'épuisement», écrivait-il en 1925 à propos du plus célèbre héros de la bataille de Marathon. Peut-être que des organisateurs fous trouveront là une idée à creuser: la course à l'épuisement, dont le premier mort serait le vainqueur... Peut-être pourrait-on créer une épreuve consistant à combattre toute une journée avant de parcourir un marathon... (...)

Marc Lavoix, Paris (17) - 6 mars

Pour la gloire, l'équilibre, ou pour souffrir?

Spiridon (n° 110) m'émerveille de nouveau! Avec deux témoignages des plus différents, vous présentez, mieux que des études scientifiques, les contradictions et les paradoxes des motivations du coureur.

Contrairement à mes habitudes de lecture, je me suis trouvé accroché par l'interview de Denis Contin par N. Tamini, et ensuite par les «24 heures à skis» de François Blondeau. Le lecteur peut se demander de laquelle de ces deux manières il vit ses propres courses. S'il court pour la gloire ou pour l'équilibre. S'il court à tout cœur, ou en comptabilisant ses pulsations. La réponse n'est pas simple.

Dans le dernier quart des participants, est-ce que moi je cours pour la gloire? Ce serait ridicule. Alors, pourquoi ne pas refuser la médaille, en disant: «Je ne l'ai pas méritée: refondez-la pour l'année prochaine! Et quand même il y a une certaine satisfaction...».

Quand je n'ai pas de compétition en vue, est-ce que je cours pour le plaisir, pour me détendre? Alors pourquoi forcer mes pulsations à tel niveau? Pourtant, je crois que souffrir un petit peu c'est bien, pour la santé physique et morale...

Merci, *Spiridon*, pour ces paradoxes, et pour d'autres que son rédacteur sait si bien mettre en perspective.

Andrew Bushnell, Sierre (CH) - 4 avril

Merci à vous aussi, qui me donnez l'occasion de citer un champion du paradoxe, Oscar Wilde, qui écrivit un jour: «Je vis dans la crainte de ne pas être incompris». Et toujours et en tout lieu, méfions-nous des abstinences qui vivent dans la crainte de dire la vérité... N.T.



Au cœur de la course...

Créée en 1971 par Noël Tamini et Yves Jeannotat, la revue *Spiridon* a été baptisée ainsi en hommage à Spiridon Louis, vainqueur du premier marathon olympique, et aux rares marathonien des années 1900-1970.

Spiridon, 1922 Salvan (Suisse)
Tél.: (026) 61 12 12
Télex: 471 024 TXCB CH SPIRIDON
Télécopieur (fax): (026) 61 12 52

Directeur de la publication/
Rédacteur responsable: Noël Tamini

Composition: Noël Tamini,
Dominic Bonvin (annonces)

Régie publicitaire: Noël Tamini

Classements: Noël Tamini
Anne-Catherine Jacquier (composition)

Calendrier: Noël Tamini

Traductions: Michel et Martine Jossen,
Roberto de Munari

Ont en outre collaboré à ce numéro:

P. Foglia, B. Tulloh, A. Hejda, R. de Munari,
S. Frederick, N. Marasescu, L. Godbout, A.
Loridan, C. Woelfflin, O. Anderson, J. Ber-
lie, J. Mouat, Julos.

Principaux correspondants: Guy Allier,
Jean-François Ciglie, Jean-Claude Moulin,
Jacques Pintado, Jean Ritzenthaler, Jean
Roure, Régis Roy (France), Léon Daucourt,
Roberto de Munari (Suisse), P. Guelff (Belgi-
que), Jim Mouat (GB), Manfred Steffny
(RFA), Gunter Schlesier (RDA), Giors One-
to, Ottavio Castellini (Italie), Josep-Maria
Antentas, Ricardo Toro (Espagne), Mario
Machado (Portugal), S. Winge (Suède), Eva
Vergeinerova (Tchécoslovaquie), H. Paskal
(Pologne), Nicolae Marasescu (Roumanie),
A. Tchenger (Bulgarie), Sarolta Monspart,
Erika Pinter (Hongrie), A. Teder (URSS),
Martin Bleasdale, Dr Norbert Sander (Etats-
Unis), Joël Dada, Laurent Godbout (Cana-
da), Vinicius L. Arienti (Brésil), D. Amaison
(Argentine), N. Bohorquez (Colombie), A.
Santori (Israël), Gérard Goriot (Côte
d'Ivoire), Dr Ashebir Lakew (Ethiopie), Ab-
delghani Boudjemia (Algérie).

Publicité commerciale/

Annonces de course: formule d'insertion ob-
tenue auprès de Publi-Spiridon, 1922 Salvan
(Suisse) - Tél. (026) 61 12 12 (+ répondre);
de France 1941 26 61 12 12

Abonnements, numéros anciens, change-
ments d'adresse:

— en France: Odette Roig, Hameau de Mur-
cier, Savigny, 74520 Valleiry
— autres pays: Spiridon, 1922 Salvan
(Suisse)

Impression: Imprimerie CBO,
1110 Morges (Suisse).

No de commission paritaire: 4243 CH

Éditée par Spiridon S.A., la revue *Spiridon* paraît au
minimum 6 fois par an; elle est diffusée seulement par
abonnement (voir la formule de la p. 6).

La reproduction, par quelque moyen que ce soit, de
tout ou partie des pages de *Spiridon* n'est autorisée
qu'avec l'accord écrit de la rédaction. Elle est tacitement
autorisée — s'il y a une mention de la source — pour tout
bulletin de spiridon-club ou de club analogue, ainsi que
pour un livret de fête ou un programme de course.

	page
Grains de sel	2
Regarde l'eau	3
Pourquoi l'entraînement en altitude	
ne sert à rien	5
Miscellanées	8
Spiridon, que de phrases répandues	
en ton nom!	12
Grappillons	14
Classements	16-25
— Meilleures perf. sur piste en 1988 ..	16
— marathons	18
— champ. du monde de cross	20-22
Tribune	26, 39
Vos questions, nos réponses	30
Une usine à monstres	36

Repères

Ces pages en parlent:

W. C. Adams: 7 - Afrique du Sud: 8 - alcoo-
lisme (des jeunes): 14 - J. Almodovar: 8 - alti-
tude: 5 - aminoacides (dopage): 15

bar: 7, 14 - Barcelone (marathon de): 18-19 -
J.-M. Bellocq: 8 - P. Bellocq: 13 - F. Bonnifet:
6 - A. Boru: 26

calendriers (de courses sur route): 2 - Cas-
cais (marathon de): 28 - M. Chégérian: 8 - J.-
F. Ciglie: 14 - C.I.O. (et dopage): 15, 26 - M.
Ciu: 8 - D. Clavert: 6 - Comm. nat. des
courses sur route: 13 - K. Cooper: 7 - Corses
(mœurs hospitalières des): 40 - D. Costill: 5
- S. Cram: 2 - cross (champ. mondial de): 20-
22

dopage: 2, 36 - P. Dufaud: 12 - eau: 3

M. Ferreira: 6 - F.F.A.: 8, 12 - P. Foglia: 9, 14,
36

I. Gamow: 5 - G. Geer: 5 - C. Gheorghiu: 8 -
globules rouges (et altitude): 5 - G. Godbil-
lon: 13 - L. Godbout: 26 - F. Griffith: 15, 36 -
R. Grover: 5 - gymnastes (petites): 36

S. Hamilton: 7 - Hoggar: 26 - hyperbarique
(entraîneur): 5

B. Johnson: 2, 14, 36 - B. Jonson: 2 - Julos: 39
- M. Keszeg: 8

P. Laheurte: 26 - P. Liardet: 6 - A. Loridan: 26

J. Maillet: 8 - marathon (entraînement après
le): 30 - marche et course: 9 - Mauritanie: 28
- montagne (courses de): 2 - R. Mota: 2

nageuses (petites): 36 - Comment organiser?:
27 - oxygène (et altitude négative): 7

Paris - Dakar: 14, 27 - picolinate de chrome
(dopage): 15 - pistes synthétiques: 2 - G. Pré-
tot: 9

F. Rabelais (et le rire): 9 - Reebok: 2 - H. Ro-
no: 2 - Roumanie: 8 - J. Roure: 27 - K. Rudi-
suhli: 2 - rythme de course: 30, 31

F. Shorter: 7 - souffrance (approche de la): 3 -
spiridon-clubs (définition): 14 - (rencontre
des): 12 - (et abonnement à la revue): 13 -
sport (définition): 36 - sport-tester: 31

tabac: 2, 14 - N. Tamini (et spiridon-clubs de
France): 12 - tapis roulants: 31 - taxes d'ins-
cription: 13 - testicule (perdu...): 14 - I.
Thompson: 30

Välådalen: 7 - P. Weiss: 8, 13 - O. Wilde: 39 -
C. Woelfflin: 27

Mœurs hospitalières des Corses

La véritable qualité des Corses, c'est l'hospitalité. Nul peuple ne l'exerce avec cette cordialité simple et naïve qui lui donne un charme de plus et qui inspire la reconnaissance et l'affection. Tout le monde y prend part; dès que le voyageur y arrive, il appartient à la commune. Les petits enfants font ses commissions, les grands-parents font son lit, l'autorité publique pourvoit à ses repas. Il y a dans chaque commune un véritable officier de l'hospitalité, chargé de l'exercer au nom de tous et d'assurer au voyageur recommandé, riche ou pauvre, un souper, un gîte et un bon accueil. Quelquefois les notables du pays se partagent les soins et l'hospitalité envers l'étranger qui les visite, l'un se chargeant du logement, l'autre de la nourriture, un troisième hébergeant les chevaux et les guides. Le dernier paysan mettra la poule au pot, regrettant de ne pouvoir faire mieux, et il se retirera de sa propre demeure pour la céder, s'il n'existe pas dans son village un gîte plus convenable que le sien...

Les Corses sont rarement à l'hôpital. C'est un devoir religieux pour chaque famille de veiller sur ses membres malades ou dénués de ressources; aussi la mendicité est-elle à peu près inconnue dans l'île.

Blanqui, *Feuille populaire suisse*,
septembre 1841

D'où l'intérêt particulier d'une annonce de la page 10.



NOËL TAMINI

*Cette hospitalité qui a tant séduit le rédacteur de **Spiridon**, aperçu quelque part dans le maquis, entre deux textes, un jour de janvier.*