

INSPIRATION

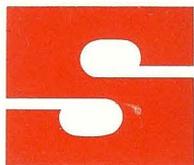
revue internationale de course à pied

no 7 — avril 1973



**...les coureurs
africains
stupéfieront le monde !**

(TULLOH)



Revue internationale
de course à pied
box 257 - 4005 Bâle
numéro 7 - avril 1973

Rédacteur responsable:
Noël Tamini, box 257, 4005 Bâle, Suisse

Collaboratrices:
Micheline Clerc, Françoise de Greck

Collaborateur principal:
Yves Jeannotat, 2532 Macolin, Suisse

Collaborateurs pour la Belgique:
Christian Liégeois, 9 A Warmifontaine, 6620-Neufchâteau,
assisté par Erik Gyselneck, Brusselsestenweg 302, 1810
Wemmel

Collaborateurs pour la France:
Jean Ritzenthaler, 1, route du Vin, Kientzheim, 68240-
Kaysersberg, assisté par René Espinet, 63, rue de la
Solidarité, 93-Montreuil

Collaborateur pour le Canada:
Joël Dada, 8045 rue Champagneur apt 1, Montréal 303
(tél. 514-2799556)

Traductions:
Micheline Clerc, Muttentz; Eva Hejda, Fribourg; Michel
Jossen, Schlosswil; Noël Tamini, Bâle

Statistiques:
Antonin Hejda, rue de Gruyère 33, 1700 Fribourg; Noël
Tamini (marathon)

Classements et calendrier:
N. Tamini

Graphisme:
Karel Matejovsky, av. de la Croisette 4, 1205 Genève

Photographie:
Yves Jeannotat, Luc Gyselneck et Noël Tamini

Secrétariat:
N. Tamini

Service de presse:
Y. Jeannotat

Administration et comptabilité:
Jean-Daniel Dulex, Bedastrasse 10, 9202 Gossau

Correspondants:
En Allemagne, en Tchécoslovaquie, en Grande-Bretagne,
au Japon, aux Etats-Unis, au Danemark, en Finlande,
au Portugal, en Angola, au Kenya, en Italie, aux Pays-
Bas, en Afrique du Sud, en Espagne, en Algérie et au
Nigéria

Impression et expédition:
Etablissements Cherix et Filanosa SA, avenue Viollier 3,
1260 Nyon

Régie des annonces:
SPIRIDON, box 257, 4005 Bâle

A L'ABONNOMETRE

Suisse (détail)	1.12.	1.1.	15.3.
— Vaud	184	192	202
— Valais	127	131	142
— Genève	103	108	119
— Berne + Jura	90	94	101
— Fribourg	55	55	56
— Neuchâtel	44	44	44
— autres cantons	63	67	70
SUISSE (total)	666	691	734
France	368	427	543
Belgique	104	108	136
Canada	27	27	37
Italie	20	21	25
CSSR	19	19	19
RFA	15	17	19
Port., Ang., Esp., Alg.	9	11	17
GB, NL, Fin., Lux.	4	7	12
	1232	1328	1542

Sous enveloppe. Nous avons appris avec autant de surprise que d'agacement que le numéro 6 n'avait pas été adressé sous bande aux abonnés non suisses, et même qu'une partie de ceux-ci ne l'avaient pas reçu du tout. Renseignements pris, il s'agit d'une erreur qui — heureusement — ne pourra plus se reproduire. En effet, dès le présent numéro, SPIRIDON est adressé sous enveloppe à tous les abonnés. Pour tenter de remédier au « pépin » de février dernier, l'imprimerie a fait adresser un certain nombre de numéros à nos principaux propagandistes régionaux, avec l'espoir qu'ils en feront bénéficier les lésés. Si, malgré tout, quelques-uns de ceux-ci n'avaient pas reçu le numéro auquel ils ont droit, qu'ils veuillent bien nous en excuser, puis le faire savoir à Mme Aeschlimann, imprimerie Cherix et Filanosa, avenue Viollier 3, 1260 Nyon (Suisse).

Illustration de la couverture : Lagos (Nigéria), janvier 1973. Au marathon des Jeux panafricains, 7 coureurs sont encore groupés en tête, emmenés par le Ghanéen Fordjour (20) qui cache en partie Mamo Wolde. Tout à gauche, Maboza, du Swaziland. Voir aussi en p. 4, 5 et 6. (Photo SPIRIDON - Schwitter)

6 numéros par an : en février, avril, juin, août, octobre et décembre.

Prix de l'abonnement annuel * : **SUISSE** : 26 francs (CCP 40 - 24 313, Tamini-SPIRIDON, Bâle). **BELGIQUE** : 300 francs (CCP 153.78, Agence Caisse générale d'épargne et de retraite, Neufchâteau). **FRANCE** : 36 francs (CCP 1542-19 P., Ritzenthaler Strasbourg). **CSSR** : 45 kcs (K. Nedobity, nam. 1 Maje c. 7, C. Budejovice). **ESPAGNE, ITALIE, PORTUGAL ET AUTRES PAYS D'EUROPE** : 28 francs suisses. **CANADA** : 9 dollars (Joël Dada, 8045 rue Champagneur apt 1, Montréal 303; tél. 514-2799556). **AUTRES PAYS D'OUTRE-MER** : 37 francs suisses. (Envoi par avion seulement).

Pour tout virement bancaire : compte 133 29 963 Union de Banques Suisses, Bâle.

* On peut s'abonner plus avantageusement pour 2 ans (48 fr.s., 550 fr.b., 68 fr.fr., 17 dollars can.), mais surtout pour 5 ans : 110 fr.s., 1300 fr.b., 150 fr.fr., 40 dollars can.). Attention ! réduction de 30 % pour étudiants et juniors !

La reproduction de tout ou partie des articles n'est autorisée qu'avec l'accord de la rédaction.

La fourmilière

Alain était un athlète en pleine maturité. Coureur de fond, il mettait chaque jour son corps en marche et réglait ses membres au rythme d'un mouvement perpétuel. Durant une heure, deux heures, trois parfois, il s'entraînait ainsi et méditait...

Au bout de la semaine, il contrôlait sa forme, grâce à des adversaires plus ou moins valeureux, mais qui toujours l'aidaient à faire le point.

Ce dimanche-là, pourtant, il était libre. Pas de compétition ! Tôt le matin, il avait parcouru, en forêt, quinze « petits » kilomètres, à foulées légères : c'était ce qu'il avait coutume d'appeler son « repos actif ». Au retour, un son de cloche, égaré dans la campagne, lui avait arraché une pieuse pensée. Une journée inhabituelle s'ouvrait devant lui comme un grand vide ! Qu'allait-il faire ?..

D'abord il pensa à Liane, son amie, qui l'avait quitté, l'autre samedi, après qu'il lui eut souhaité, en pensant à sa course du lendemain, une « bonne nuit », cela à l'heure où les jeunes filles aiment aller danser. N'en pouvant plus, elle s'était énervée, triste et furieuse tout à la fois : « Non ! non ! Alain, c'est fini, fini ! Tu cours, tu cours et tu dors ! Tu es horrible à voir ! Tu sens mauvais et tu empiles les médailles ! Moi, je te suis à la trace et j'attends. Tu es là et tu ne me vois pas ! Je n'en peux plus, Alain ! C'est bien fini, va !... ». Puis elle était partie. Ses yeux humides étaient plus beaux encore. Alain avait hésité, puis il s'était contenté de hausser les épaules. Mais aujourd'hui, il ne savait plus trop. Irait-il lui demander pardon ? Non ! La vie devait suivre son cours. Il ne fallait pas contrarier le destin. Ce temps de réflexion avait fait redescendre la paix en lui. Il se sentait heureux d'être un homme, doué de volonté et capable de distinction : heureux de se sentir fort dans sa fragilité.

Il avait trouvé : il irait au match de football. Ce n'était pas tant les joueurs qui l'intéressaient. Non ! il voulait voir la foule, entendre, savoir... Lui, quand il courait, il n'y avait jamais personne pour l'applaudir, pour l'encourager, pour le soutenir.

Il eut peine à se frayer un passage. Pris dans la cohue, il se sentait plus petit encore qu'il ne l'était en réalité. On poussait dans tous les sens. Il essayait bien de se hausser sur la pointe des pieds : il ne voyait rien ! Derrière lui un gros monsieur au ventre proéminent toussa sans retirer son volumineux cigare, et Alain reçut des éclaboussures sur le visage.

Brusquement, des cris fusèrent de tous côtés. Il devait se passer quelque chose d'important. Un joueur aurait-il manqué de « fair-play » ? Tous ces gens hurlaient, hurlaient en injuriant. La rumeur faisait des vagues par-dessus sa tête. Les gestes devenaient menaçants. On accusait l'ailier, l'arrière et le demi ! Puis on jugea l'arbitre et, immédiatement, il fut condamné à mort. Sortez-le ! Sortez-le !.. vociférait la foule !

De plus en plus horrifié, Alain dut bientôt s'accroupir pour éviter les coups que se portaient deux hommes en complet-veston. Déçu, il resta assis sur ses talons. D'en bas, il pouvait contempler tout à son aise ces visages ravagés par la haine et suivre ces gestes désordonnés.

Il se souvint alors d'une phrase qu'il avait lue, il ne savait plus trop où : « Les fourmis... les fourmis se livrent des batailles privées sans se faire de mal, de véritables combats de boxe au cours desquels elles montrent tous les symptômes de la joie de vivre ».

Alain fit la comparaison et il se dit en lui-même : « C'est pas à notre avantage ! » Alors, à grand-peine, il s'arracha au marais et s'enfuit « en courant » !..

Yves JEANNOTAT

Pionniers et précurseur

En 1960, les Jeux de Rome s'achevèrent par un exploit analogue à celui de Spiridon Louis en 1896. En effet, au cours de la dernière épreuve, le marathon, un coureur africain tout à fait inconnu, allait faire longuement frémir les stylos des journalistes, les obligeant à racler à qui mieux mieux le fond de leurs tiroirs aux superlatifs. Cet inconnu désormais illustre, c'était Abebe Bikila, le marathonien aux pieds nus, un fier et taciturne sujet du Négus venu de son lointain pays remporter à Rome même — d'aucuns y virent une sorte de camouflet — une victoire qui retentit comme un coup de tonnerre. La pluie vint en l'occurrence sous la forme d'autres exploits de coureurs africains. Il y eut donc Bikila et ceux qui suivirent... à commencer par le Marocain Rhadi Ben Abdesslem, 2^e du marathon de Rome, à quelques secondes de Bikila.

Mais on ne parle quasiment jamais des pionniers, de ces Africains qui précédèrent Bikila sur la scène des Jeux olympiques. Nous allons donc le faire, persuadé de pallier ainsi en quelque sorte une certaine lacune.

Maiyoro, le premier finaliste africain

Paradoxalement, Melbourne accueillait les premiers coureurs africains des Jeux olympiques... et enregistrait l'abstention (erreur vivement regrettée depuis lors!) des Suisses notamment, pour des raisons nullement sportives.

En 1956 donc, il y avait quatre Africains engagés sur 800 m : le Libérien **Johnson**, le Kényen **Keter** et l'Éthiopien **Bayene** (resp. 7^e et 8^e d'une série où le Belge Léva prit la 3^e place, en 1:52,0), ainsi que **Wolde**, un autre Éthiopien au nom maintenant très connu. Tous les quatre ne dépassèrent pas l'obstacle des séries.

Sur 1500 m, rien à signaler, sinon le même **Wolde**, classé 11^e d'une série remportée par l'Allemand Richtzenhain (3:46,6, puis 2^e en finale), devant le Tchécoslovaque Jungwirth (plus tard recordman mondial du 1000 m), et notamment le Néo-Zélandais Halberg (vainqueur du 5000 m de Rome), le Hongrois Rozsavölgyi (3^e du 1500 m de Rome), le Belge Ballieux (3:49,4 à Melbourne), le Français Jazy (médaillé d'argent 4 ans plus tard), l'Américain Wheeler et le Luxembourgeois Barthel (champion olympique sur 1500 m en 1952 à Helsinki, en 3:45,2). C'est dire que notre Wolde avait eu affaire à très forte partie.

Deux Kényens en séries du 5000 m : **Anentia**, 6^e (en 14:37,0) derrière Gordon Pirie, Dellinger et Bolotnikov ; et surtout Nyandika **Maiyoro**, 2^e en 14:29,4, devant notamment le Britannique Chata-

way et le Polonais Chromik. En finale, Maiyoro prendra la 7^e place en 14:19,0, derrière le Soviétique Kuts (13:39,6), les Britanniques Pirie (13:50,6) et Ibbotson (13:54,4), le Hongrois Szabo (14:03,4), l'Australien Thomas (14:04,6), un autre Hongrois, Tabori (14:09,8), mais devant le Soviétique Bolotnikov (14:22,4), le Britannique Chataway (14:28,8) et l'Allemand Schade (14:31,8).

A Melbourne, pas d'Africain sur 10 000 m, mais trois en marathon : les Éthiopiens Feleke **Bashay**, 29^e en 2:53:17, et Birkay **Gebre**, 32^e en 2:58:49, ainsi que le Kényen Arap Sum **Kanuti**, 31^e en 2:58:42. En France, on n'a nulle peine à se rappeler que ce marathon fut remporté par le Français Mimoun (2:25:00, et qui sans nul doute vaut encore moins de 2 h. 30 aujourd'hui, ainsi qu'en témoignent les 18 km 040 réussis en octobre dernier, à près de 52 ans !), devant le Yougoslave Mihalich (2:26:32) et le Finlandais Karvonen (2:27:47), tandis que Zatopek prenait la 6^e place (en 2:29:34). Plus loin : l'Autrichien Adolf Gruber (23^e en 2:46:20... et qui réussit encore 1:29:22 aux 25 km de Hluboka 16 ans plus tard, en 1972 !), le Belge Vandendriessche (24^e en 2:47:18) et le Tchécoslovaque Kantorek (27^e en 2:52:05).

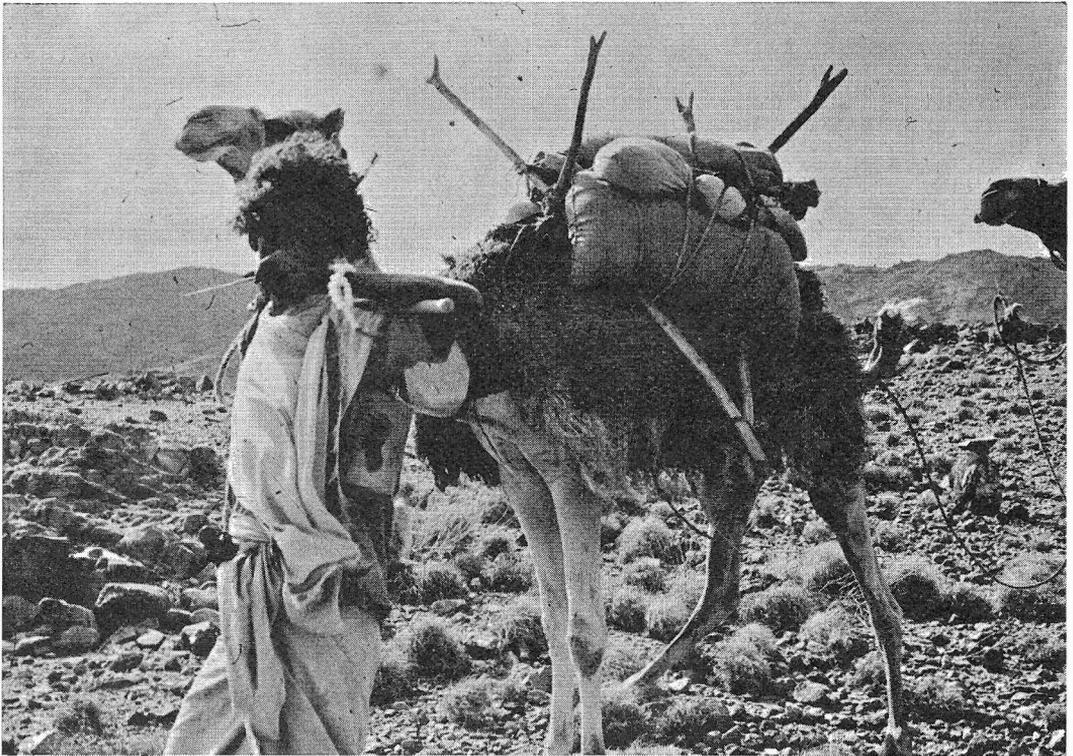
Les deux premiers médaillés africains

En 1960, de nouveau quatre Africains sur 800 m : le même Libérien **Johnson** (1:55,9), l'Éthiopien **Said**, 6^e (en 1:50,3) d'une série remportée par le Britannique T. Farrell (1:48,9), devant notamment le Belge Lambrechts (1:49,1) et le Français Lenoir (1:49,3). Quant au Ghanéen **Owusu**, il termine 5^e de sa série, en 1:55,2 ; dans une autre série, où la victoire revint au Belge Moens (en 1:50,6), le Tunisien **Dargouth** (1:54,7) est 6^e.

Sur 1500 m, on a deux Africains dans une même série, celle remportée par Elliott en 3:41,4 : le Rhodésien **Sullivan**, 4^e en 3:42,8, et le Tunisien **Gouider**, 12^e en 3:58,4.

Quatre Africains sur 5000 m : le Rhodésien **Tseriva** (10^e de sa série, en 15:02,8), le Marocain **Said** (10^e également, en 14:53,6), l'Éthiopien **Meravi**, 8^e (en 14:40,8) d'une série gagnée par l'Allemand Grodotzki (14:01,2), devant l'Italien Conti (14:01,6, et passé depuis lors dans le camp des marathonniens), et surtout le Kényen Nyandika **Maiyoro** (14:06,6), qui accéda donc à la

¹ C'est très probablement ce même Meravi que nous avons rencontré au marathon de Kosice en 1967 (il s'y classa 2^e), et qui termina 6^e du marathon de Mexico.



Bédouin nomadisant en T.F.A.I. L'un de ses cousins courra-t-il bientôt le marathon des Jeux sous le maillot français ? (Voir notre article en page 7).

finale. Une finale, où la victoire — magnifique — sourit au Néo-Zélandais Halberg (en 13:43,4), ce coureur handicapé par la poliomyélite. Maiyoro battait notamment le Français Michel Bernard (14:04,2... et encore 14:10,2 en 1972 !), le Hongrois Iharos (10^e en 14:11,4) et l'Italien Conti (12^e en 14:34,0).

Sur 10 000 m, l'Éthiopien **Meravi** abandonnera, tandis que le Rhodésien **Tseriva** terminait à la 28^e place (en 30:47,8) et le Kényen Arere **Anentia** à la 19^e en 30:03,0. Cette finale avait été gagnée par le Soviétique Bolotnikov (en 28:32,2) devant l'Allemand Grodotzki (28:37,0) et l'Australien Power (28:38,2... et encore 31:40,0 à Bensberg, RFA, en septembre de l'an dernier !). Halberg est 5^e, l'Américain Truex, un autre précurseur, 6^e, tandis que notre collaborateur Martin Hyman termine 9^e (en 29:04,8), devant Pirie, Iharos, Hönicke, le Français Bogey (l'actuel entraîneur de Liardet) et le Marocain Rhadi **Ben Abdesslem**, grand favori du marathon.

Mais on sait déjà que dans cette discipline, un autre Africain, Abebe **Bikila**, allait bouleverser tous les pronostics, apportant à l'Afrique la première médaille d'or des Jeux olympiques... et entraînant avec lui les espoirs de millions d'êtres oubliés.

Bikila l'emporta en 2:15:16, devant Rhadi (2:15:41) et le Néo-Zélandais Magee (2:17:18). Plus loin, à la 5^e place, le minuscule Soviétique Popov (2:19:18), mais surtout à la 7^e un autre Éthiopien, Abebe **Wagkira** (2:21:09), devant un second Marocain, Bakir **Benaïssa** (2:21:21), l'Argentin Suarez (2:21:26), les Yougoslaves Skrinjar (10^e en 2:21:40) et Mihalic (12^e en 2:21:52), le Tchécoslovaque Kantorek (14^e en 2:22:59), le Britannique Kilby (29^e en 2:28:55), les Français Mimoun et Genève (34^e et 35^e en 2:31:20), le Suisse Arthur Wittwer (44^e en 2:34:37), le Japonais Sadanaga (46^e en 2:35:11... mais 2:27:45 le 3 décembre dernier à Fukuoka !), le Tunisien Dali **Labidi** (49^e en 2:37:36), l'Autrichien Gruber (52^e en 2:37:40), le Kényen Sunj **Kanuti** (59^e en 2:47:05), le troisième Marocain, Allal **Saoudi**, (61^e en 2:59:41), devant le Libérien Albert **Masaquoi** (62^e en 3:43:18).

Ce fut la fin du commencement. Car il y eut ensuite Gammoudi, Kiprugut, Keino, Temu, Wolde, etc. Et maintenant Akii-Bua, Jipcho, Silei, Bayi, et tant d'autres dont les noms nous sont encore inconnus, mais qui demain nous émerveilleront de leurs exploits fantastiques.

Evolution irréversible, à laquelle le précurseur assiste maintenant immobile sur sa chaise d'infirmes. Fragilité des choses humaines... **N. T.**

Records africains

(Situation au 1.4.1973)

800 m féminin (record du monde : 1:58,5)
C. Maiyo, Kenya (1954) 2:04,9 (1972).

1500 m féminin (RM : 4:01,4)
E. Chelimo, Kenya (1954) 4:19,7 (1972).

800 m (RM : 1:44,3)
W. Kiprugut, Kenya (1938) 1:44,5 (1968).

1500 m (RM : 3:33,1)

K. Keino, Kenya (1940) 13:24,2 (1965).

10 000 m (RM : 27:38,4)

M. Yifter, Ethiopie (1947) 27:41,0 (1972).

Marathon (MPM : 2 h. 08:33,6)

A. Bikila, Ethiopie (1932) 2:12:11,2 (1964).

3000 m steeple (RM : 8:20,8)

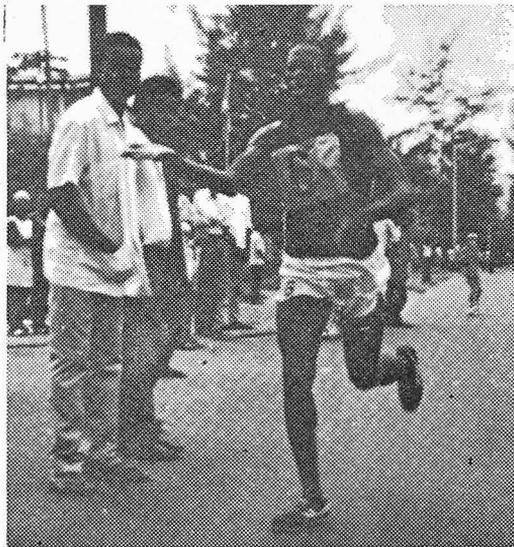
B. Jipcho, Kenya (1948 ?) 8:20,8 (1973).

Pigeons et marathoniens livrés à eux-mêmes

Je n'ai malheureusement pas pu voir grand-chose de ces « All Africa Games ». Car bien que je n'habite qu'à 10 km à peine du fameux stade ultra-moderne, sans voiture personnelle, je ne pouvais guère m'y rendre. Car ici, pas de transports publics pour les Blancs ! C'est comme ça, faut s'y faire. Tout comme il faut s'habituer au fonctionnement de la poste : après les 6 heures de vol de Suisse à Lagos, une lettre exprès met encore 8 jours pour me parvenir. Mais les journalistes africains ou européens auront sans doute déjà expliqué mieux que moi la pagaille qui a régné par ici à l'époque des Jeux en janvier dernier.

Néanmoins, je fus l'un des rares Européens — ou peut-être même le seul ! — à suivre le marathon. Comme cette épreuve avait lieu le dimanche, et que les coureurs passaient même devant ma maison, grâce à un collègue de tra-

« A boire ! » demande ce coureur (inconnu), qui abandonnera peu après.



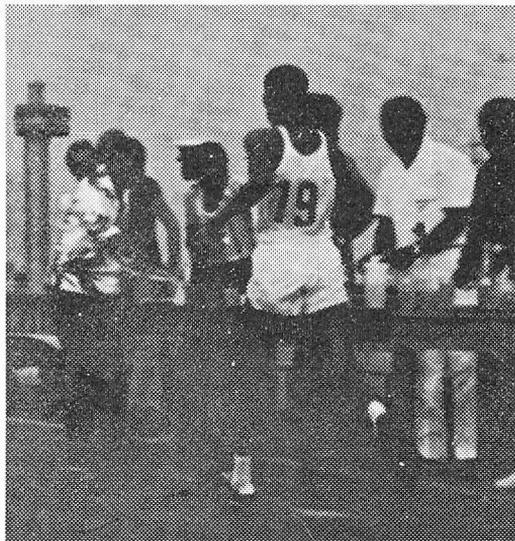
vail, j'ai pu les suivre durant la plus grande partie du parcours. Un parcours d'ailleurs tout sauf idéal ! Si l'on considère les temps réalisés, on remarque forcément que quelque chose n'a pas joué. C'était un parcours composé en partie de routes mal asphaltées, coupées de nombreux virages à angle droit, de petites mais fréquentes déclivités, avec, pour corser le tout, deux ponts consécutifs d'environ 130 m chacun (donc : deux montées et deux descentes !). Lorsqu'on sait en outre qu'il faisait dans les 33 °C à l'ombre, et que le départ fut donné vers 15 heures, on peut apprécier convenablement le menu offert aux marathoniens.

Il faut convenir sans hésiter que les organisateurs ont été dépassés par les événements : ils avaient des programmes et des horaires, mais non les moyens de les respecter. Je pourrais à ce sujet conter plus d'une anecdote qui illustrerait l'ambiance particulière de ces Jeux. Une seule suffira amplement.

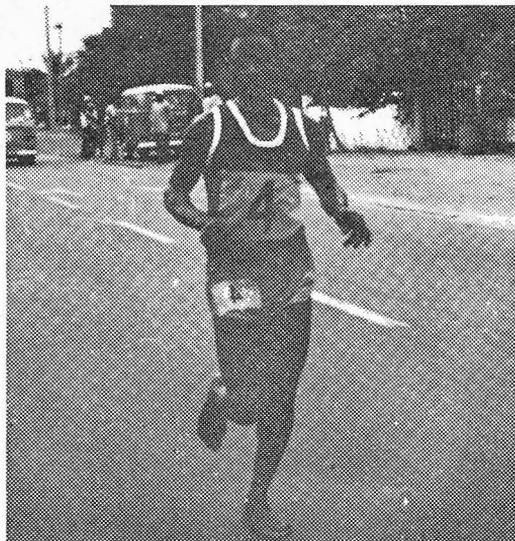
La cérémonie d'inauguration des Jeux eut lieu à la nuit tombée. Il va de soi qu'un lancer de pigeons fait partie de toute cérémonie de cette nature. Mais il n'était venu à l'idée d'aucun organisateur que ces pigeons-là ne voleraient pas de nuit ! Aussitôt lancées dans l'air, les pauvres bêtes allaient donc se poser parmi les gens... ce qui ne manqua pas d'exciter l'instinct du jeu, si fort chez les Noirs. Les voilà donc s'emparant des oiseaux apeurés, les lançant et les relançant dans l'air. En vain. Les volatiles revenaient toujours se poser au sol. Devinez comment cela se termina ? Peu à peu, tout heureux de l'aubaine, des spectateurs tordirent discrètement le cou aux pauvres messagers, les emportant chez soi pour les y apprêter au mieux...

Obtenir des classements officiels ne m'a guère été facile. Néanmoins, ceux que SPIRIDON publiera sont les plus complets qui existent.

Plutôt que de parler des disciplines que je n'ai pu suivre moi-même, je me bornerai à rappeler les exploits de Ben Jipcho (8:20,8 sur 3000 m steeple, record du monde égalé), de John Akii-Bua (48,5 sur 400 m haies), de Cosmas Silei



Mamo Wolde a accéléré. L'Ethiopien Bedane (19) ne retrouvera son compatriote qu'après l'arrivée.



Le Nigérien Musa, qui terminera à la 6e place, court pieds nus. (Photos SPIRIDON-Schwitter)

(1:45,3 sur 800 m) et surtout de Filbert Bayi (3:37,2 sur 1500 m, et nette victoire sur Keino), avant de revenir au marathon, où j'ai pu faire tant bien que mal quelques photos.

C'est ainsi que j'ai eu l'occasion de m'entretenir avec ALEMU WESENU, l'un des quelque 115 marathoniens éthiopiens candidats aux sélections internationales. Wesenu a 21 ans; jusqu'ici, il n'a participé encore à aucune compétition internationale. Il est venu à Lagos comme remplaçant de Bedane. Il avait en outre pour mission de se tenir sur le difficile parcours afin de venir éventuellement en aide à Wolde et à Bedane. Il espère vivement devenir lui aussi l'un des cracks éthiopiens, et avoir ainsi son avenir professionnel assuré. C'est un espoir du marathon éthiopien, et il en est lui-même pleinement convaincu.

La course elle-même s'est déroulée comme les Ethiopiens l'avaient prévu. Jusque vers le 30^e km, on vit en tête une équipe de 7 coureurs, groupant tous les favoris. Puis, Wolde et Bedane, ainsi que Maboza, accélérèrent la cadence, se détachant peu à peu. Le vétéran Wolde, 44 ans, continua sur sa lancée, Maboza, puis Bedane lâchant prise eux aussi. Si bien qu'au km 36, il y avait en tête Wolde, suivi de Bedane (à 38"),

Maboza ayant déjà 2'28" de retard. J'ai fait ce pointage au dernier poste de ravitaillement: Wolde passa sans s'arrêter, Bedane fit de même, contrairement à Maboza qui but coup sur coup trois gobelets de jus d'orange glacé. Il allait d'ailleurs encore perdre plus de 4 min. au cours des 6 derniers km. A l'exception des deux Ethiopiens, qui disposaient d'un coach ou d'un camarade prêts à les aider, tous les marathoniens étaient livrés à eux-mêmes.

Par une telle chaleur, dans l'humidité de cette région et sur un parcours aussi difficile, le temps obtenu par Mamo Wolde (2:27:32) constitue une performance extraordinaire.

D'ailleurs, un Européen a peine à s'imaginer ce qu'il en coûte de s'entraîner ici. Moi-même, après m'être assez bien habitué à la chaleur, je me suis remis à courir. Mais au bout de 5 km, j'ai dû arrêter les frais; tellement j'étais fatigué: pas étonnant, car j'avais déjà perdu pas moins de 2 kilos!

Fred SCHWITTER

N.B. — Fred Schwitter, 31 ans, est un Suisse qui vient de s'établir au Nigéria. L'an dernier, il avait réussi un temps de 10 h. 47" pour sa première course de 100 km (à Bienne). S'attachant peu à peu à faire connaître SPIRIDON parmi les coureurs des pays africains francophones, Schwitter nous donnera de temps à autre des reflets de la course à pied telle qu'on peut la pratiquer en Afrique équatoriale. — N. T.

Du 800 m au marathon (Jeux Africains 1973)

800 m féminin

1. C. Anyakun (Ouganda)	2:09,48
2. R. Joshua (Nigéria)	2:10,69
3. H. Opoku (Ghana)	2:11,66
4. C. Wanjiru (Kenya)	2:11,97
5. R. Ongia (Ouganda)	2:12,03
6. E. Asungule (Ghana)	2:18,36

1500 m féminin

1. P. Kesiime (Ouganda)	4:38,65
2. M. Wagaki (Kenya)	4:38,74
3. R. Yeboah (Ghana)	4:42,27
4. J. Mbona (Tanzanie)	4:45,81
5. R. Chepyator (Kenya)	4:46,42
6. M. Mulenga (Zambie)	4:48,49
7. T. Adeleke (Nigéria)	4:52,12
8. E. Somec (Ouganda)	4:52,55

800 m

1. C. Silei (Kenya)	1:45,33
---------------------	---------

2. J. Kipkurgat (Kenya)	1:47,24
3. S. Djouadi (Algérie)	1:48,70
4. J. Abidoeye (Nigeria)	1:48,72
5. S. Nitsela (Botswana)	1:49,57
6. G. Senbete (Ethiopie)	1:50,12

1500 m

1. F. Bayi (Tanzanie)	3:37,18
2. K. Keino (Kenya)	3:39,58
3. S. Regassa (Ethiopie)	3:39,99
4. M. Guettaya (Tunisie)	3:41,48
5. D. Mungai (Kenya)	3:44,42

6. E. Rosanaivo (Madagascar)	3:44,75	2. P. Mose (Kenya)	29:05,8	5. B. Fordjour (Ghana)	2:48:12
7. M. Raijimbazafy (Madag.)	3:47,19	3. R. Juma (Kenya)	29:24,3	6. A. Musa (Nigéria)	2:49:12
8. J. Abidoeye (Nigéria)	3:47,77	4. T. Fetessa (Ethiopie)	29:47,7	7. M. Andeh (Nigéria)	2:55:31
		5. M. Musa (Soudan)	30:10,1	8. Ngouamandji (R.C.A.)	2:58:05
		6. B. Siaka (Sénégal)	30:10,1		
5000 m		7. A. Zaddem (Tunisie)	sans temps	3000 m obstacles	
1. B. Jipcho (Kenya)	14:07,16	8. Sealbaye (Tchad)	sans temps	1. B. Jipcho (Kenya) (record du monde égalé)	* 8:20,69
2. M. Yifter (Ethiopie)	14:07,52			2. E. Mogaka (Kenya)	8:26,06
3. P. Mose (Kenya)	14:08,38			3. Y. Mohamed (Ethiopie)	8:32,81
4. T. Kotu (Ethiopie)	14:17,50			4. M. Ejersa (Ethiopie)	8:44,69
5. M. Mustapha (Ouganda)	14:22,57			5. V. Byingingo (Ouganda)	8:54,67
6. C. Benali (Algérie)	14:31,05			6. D. Attalah (Algérie)	9:10,80
				* arrondi réglementairement à 8:20,8	
10 000 m (30 partants)		Marathon			
1. M. Yifter (Ethiopie)	29:04,6	Départ à 15 heures, par 33 °C			
		1. M. Wolde (Ethiopie)	2:27:32		
		2. L. Bedane (Ethiopie)	2:28:16		
		3. R. Maboza (Swaziland)	2:34:17		
		4. R. Dlamini (Swaziland)	2:43:16		

Pour un Bayi trouvé, combien de Bayi ignorés ?

(...) Dans certains domaines, ceux où la technique pure est de peu d'importance, l'Afrique noire progresse avec des bottes de sept lieues. Dans les autres, la stagnation est évidente et la régression parfois sensible.

On en revient tout aussitôt à des questions d'argent et à des problèmes de structure. Il faut avoir bien présent à l'esprit combien ce continent est immense et combien il est, dès que l'on quitte les grandes villes, dans un état de pauvreté et de sous-développement considérables. Si la notoriété sportive est pour nombre de pays le plus court chemin vers la notoriété tout court, il n'en est pas encore un seul, en Afrique, à l'exception de l'Algérie, pour lequel le « sport pour tous » soit une question qui puisse avoir une priorité, même seconde.

Combien, en fait, d'Africains sont-ils véritablement touchés par le sport et rencontrent, au cours de leur vie, une chance réelle de s'exprimer en ce domaine ? Un sur dix mille, un sur vingt mille ? Personne à l'heure actuelle ne peut répondre sans risque d'erreur à cette question. En outre, cela dépend des régions. Mais, en tout état de cause, si l'Europe ou l'Amérique se retrouvaient dans les conditions sportives actuelles de l'Afrique, nous pensons que ces deux continents n'obtiendraient pas le quart des succès obtenus en ce moment par les Africains.

Que voulez-vous que fasse l'Ethiopie, par exemple, avec un budget des sports annuel équivalant à dix millions d'anciens francs (70 000 fr. s.) ? Essayez un peu d'abattre un baobab avec un canif, et vous aurez une

idée des moyens dont dispose l'Afrique pour créer le sport pour tous.

Pour un Keino trouvé (et cependant il faut noter que, au Kenya, la détection du crack potentiel est désormais mise en chantier et sérieusement faite) combien de Keino ignorés ou perdus ? Des dizaines à coup sûr.

Le Tanzanien Filbert Bayi serait-il devenu le coureur prodigieux qu'il est, passant de 3'45" à 3'37" en l'espace d'un mois (en réalité de septembre 1972 à janvier 1973. N. T.) si, ayant perdu son père très jeune, il n'avait pas été obligé, poussé par des raisons économiques vitales, à quitter son village, ses huit sœurs et ses deux frères, pour Dar es-Salam et l'armée ? Certainement pas. Des exemples comme celui-là pullulent en Afrique, où le hasard demeure un roi puissant.

C'est pourquoi nous sommes tenté de croire l'Américain Mel Whittfield (...), champion olympique du 800 m en 1948 et en 1952, lorsqu'il dit :

« Si l'Afrique possédait seulement la moitié des possibilités économiques de l'Europe ou de l'Amérique du Nord, ses athlètes balaieraient tous les autres aux Jeux olympiques. Je sais de quoi je parle, il y a 19 ans que je passe 80 % de mon temps en Afrique. Les Américains, noirs ou blancs, et les Européens ont atteint le plafond de leurs possibilités physiques. Les records, ils ne peuvent plus les battre que grâce à un hyperentraînement et une diététique confinant au doping. En revanche, un Bayi peut courir l'an prochain en 3'30" sur 1500 m, et il suffit qu'arrive un Akii-Bua pour que, dans une spécialité, la hiérarchie s'effondre brutalement. La marge de progression des Africains est inouïe. Mais quand les pays d'Afrique seront-ils capables d'offrir à leurs champions potentiels tous les critères objectifs de la réussite ? Dans dix ans, dans vingt ans, jamais ?.. » (...)

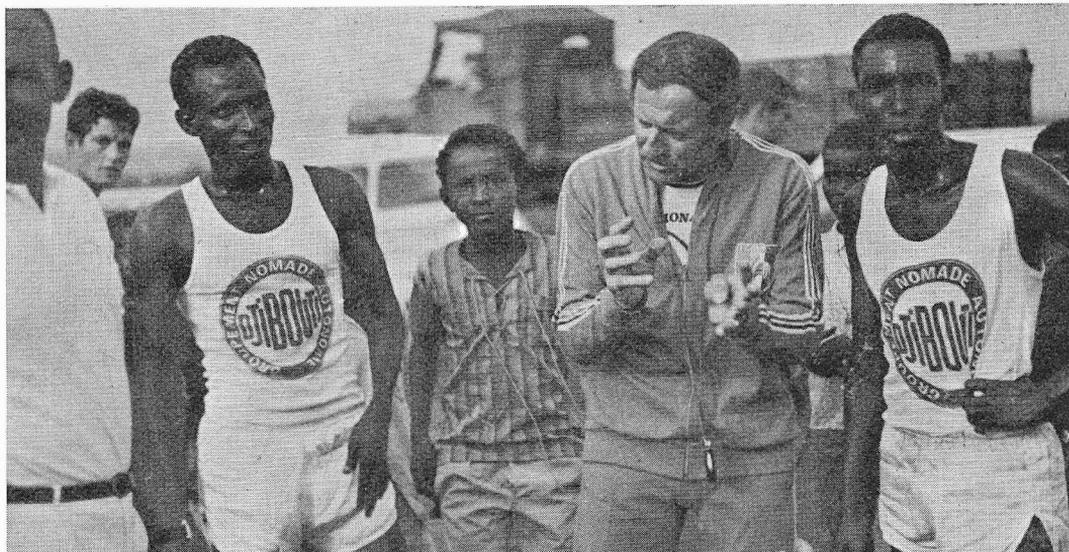
Guy Lagorce, « L'Equipe »

Quand la majorité des enfants sera enfin nourrie convenablement, quand la malaria, la tuberculose et les parasitoses intestinales feront moins de

ravages, les coureurs africains stupéfieront le monde. Ils réussiront des temps que l'on n'ose pas encore envisager.

Bruce TULLOH

(cité par Guy Lagorce, dans l'« Equipe »)



René Frassinelli, entraîneur national français, prodiguant ses conseils aux deux meilleurs « espoirs » de T.F.A.I., un Afar et un Issa.

A Ali Adé, un matin de janvier

En janvier dernier, le Français René Frassinelli, alors entraîneur national de fond, se trouvait en T.F.A.I., plus précisément à Ali Adé, un petit poste de brousse à la frontière franco-somaléo-éthiopienne. Franco ? Eh oui, si l'on n'a pas fait ses études en France, on ne sait pas forcément qu'il existe en terre africaine un tout petit pays appelé le T.F.A.I. (Territoire Français des Afars et des Issas).

Ali Adé est l'un des 22 postes frontière coordonnés par la capitale, Djibouti, située à 130 km de là, à trois heures de piste.

Ce matin-là, des autochtones en tenue locale, venus d'Ali Sabieh ou d'on ne sait où, se tenaient prêts. Car, paraît-il, on allait recruter un ou deux nomades... à condition qu'ils soient de bons coureurs !

« Quand, après avoir quitté Djibouti — c'est Frassinelli qui nous le dit — vous avez roulé près d'une heure dans un oued ensablé, vous débouchez dans un cirque immense entouré de montagnes volcaniques, granitiques et sulfureuses, sous un ciel d'un bleu limpide, vous êtes alors tout surpris d'apercevoir un petit poste du Groupement Nomade Autonome, qui s'élève tout blanc, sur une terre aride et sombre, dans un décor digne des grands westerns ». Ce poste, c'est Ali Adé.

Ce matin-là, il y avait aussi une vingtaine de coureurs autour de l'entraîneur français. En tenue impeccable, cuissettes bleu ciel et maillot blanc, ils allaient faire un test de 8 km, destiné

à mettre en valeur les qualités exceptionnelles de ces hommes endurants.

Ali Adé est situé à 700-800 m d'altitude, et bénéficie d'un climat très supportable durant la saison relativement fraîche qui va d'octobre à avril : guère plus de 25 °C pendant la journée, et 12-14 °C le matin au lever du jour. Et cela est excellent pour la préparation physique des goumiers.

Ils sont une vingtaine (dont 12 crossmen) à Ali Adé, qui possède son propre et véritable centre sportif : un vrai stade avec terrain de football et piste d'athlétisme de 400 m, construite par les goumiers eux-mêmes. Pour la lice, par exemple, ils ont disposé des cailloux de même grosseur peints en blanc. Plus loin, un terrain de volleyball, un terrain de handball, et même un bassin pour apprendre à nager.

Ceux qui en profitent actuellement, ce sont justement les goumiers du poste. Et ce matin-là, des Bédouins étaient venus de loin à pied pour tenter leur chance. Car au poste ils sont nourris, logés, et ils ont une solde.

Lors du recrutement, il leur est demandé un test d'endurance de 40 km, à effectuer en tenue de nomade, sur les pistes de brousse, en moins de 5 heures.

Verra-t-on un jour prochain un Afar ou un Issa représenter la France au marathon des Jeux olympiques ? Nous n'en sommes pas encore là. Mais le fait est que la France s'intéresse tout particulièrement à ces hommes sobres et résistants, et qui morphologiquement s'apparentent assez bien aux coureurs de l'Ethiopie, pays limítrophe.

Fidèle à sa promesse, aussitôt rentré de Djibouti, René Frassinelli nous a prié d'expliquer tout cela aux lecteurs de SPIRIDON. **N. T.**

Et si vous alliez à votre travail en courant ?

(Notre ami et collaborateur Michel Jossen — 3:47,8 sur 1500 m et 2:50 en marathon l'an dernier — est un étudiant en biologie et en psychologie. Il a volontairement choisi de vivre avec sa femme et sa fillette dans un petit village de l'Emmental. Expert en circulation routière, en l'occurrence professeur de... théorie, Jossen a lui-même renoncé à l'automobile).

Le coureur, à l'instar d'autres espèces animales, voit son environnement de plus en plus menacé. Là où naguère un chemin longeait une tranquille forêt, voici que surgit un échangeur d'autoroutes flanqué d'un supermarché lui-même entouré d'une boucle ! Mais paradoxalement, loin de diminuer, le nombre des humains ne cesse de croître, et cela précisément dans les endroits où ils sont le plus menacés.

L'ennemi le plus redoutable du coureur à pied est l'automobile*, la dernière divinité du XX^e siècle. Déesse insatiable, et à qui l'on ne refuse rien (n'a-t-on pas mutilé en son honneur la forêt de Bremgarten, poumons de la ville de Berne !) combien d'arbres et d'espaces verts ont-ils déjà été sacrifiés à sa voracité ? (Et les centres des villes, que sont-ils devenus ?)

L'automobile, comme le coureur à pied, a besoin de beaucoup d'espace et d'oxygène. Malheureusement pour lui, le coureur à pied n'intéresse pratiquement personne : une ou deux paires de chaussures par année, un survêtement, un maillot, une paire de cuissettes lui suffisent. Il n'achète pas d'essence, ne paie aucune taxe de circulation, ne change pas de carrosserie tous les deux ans. Bref, il ne dépense presque rien. Or, sans argent... ! Au train où vont les choses, le coureur de demain sera confiné dans des réserves, quelque part dans un coin perdu... A moins qu'il ne se décide à réagir !

Refuser systématiquement l'automobile serait une solution simpliste et irréalisable. Puisqu'elle existe et qu'on ne peut la supprimer, il nous faut apprendre à l'utiliser et non s'y soumettre. L'automobile c'est avant tout le moyen d'aller où l'on veut et quand on le veut. Elle devient en l'occurrence un instrument de liberté qui permet à chacun, après avoir quitté sa voiture, de retrouver par exemple le contact avec la nature, de sortir de son isolement, de fuir la ville où il étouffe...

Par contre, est-il vraiment nécessaire de l'utiliser pour se rendre à son lieu de travail, lorsque celui-ci est situé à moins de 20 minutes de marche, donc moins de 10 minutes à la course. J'ai moi-même travaillé pendant 6 mois dans un village situé à 7 km 500 de mon domicile, soit environ 30 minutes de course, ce qui faisait une heure de course par jour. En voiture, j'aurais pu réduire cette heure à 20 minutes dans le meilleur des cas, et puis je serais allé m'entraîner pendant une heure. Or, si l'on tient compte du prix de l'essence et des assurances, de l'usure des pneus, etc., et que l'on transforme le tout en

heures de travail, on constatera qu'il est beaucoup plus avantageux pour l'homme (moyen plus rapide, plus sain, moins énervant, moins polluant) de se rendre au travail à pied (dans un rayon d'environ 10 km). Il y a forcément quelques petits problèmes d'ordre pratique (vêtements, douche éventuelle, plaisanteries des collègues, etc.) que l'on résoudra avec un minimum d'imagination.

A LA FRONTIÈRE SUISSE, A 25 KM DE BÂLE

le 12 mai, à Schwörstadt : 25 km

le 13 mai, pour populaires : 10 km

Meldungen an : Bochus Rüttbauer,
7881 Schwörstadt, Schulstrasse 17,
Deutschland.

De plus, la voiture ne devrait en aucun cas devenir un moyen de prestige : un coureur n'a pas besoin de briller par sa voiture ! Un non-automobiliste n'est pas nécessairement un être inférieur. Notre société de consommation a malheureusement réussi à créer de faux besoins, au point de faire souffrir moralement celui qui ne peut les satisfaire. Ah, les complexes d'un gars de 14 ans qui n'a pas de cyclomoteur... essayez de lui expliquer qu'il compromettrait sa santé !

Pour conclure, voici quelques conseils pratiques si l'on se décide à s'entraîner sur la route :

1. Eviter systématiquement les artères fréquentées : le monoxyde de carbone se fixe dans le sang à la place de l'oxygène et il est très difficile de l'en éliminer (danger d'asphyxie).
2. Courir du côté gauche de la chaussée (face au danger). Chaque année de nombreux coureurs¹ à l'entraînement — J.M. Vagnon et le docteur van Aaken pour ne citer qu'eux — sont victimes de l'automobile...
3. Courir à une certaine distance du bord de la route (marge de sécurité) et se rabattre vers la chaussée au moment de croiser un véhicule.
4. De nuit surtout, porter des habits clairs, à défaut d'une lampe de poche ou d'un brassard réfléchissant.
5. Attention aux cagoules et autres bonnets qui rétrécissent le champ de vision et assourdisent les bruits.

Et n'oublions pas de lutter pour notre environnement, c'est-à-dire pour moins de gaspillage et plus de joie de vivre... Il y va de notre survie en tant qu'homme et coureur à pied !

M. JOSSEN

¹ Alors qu'ils s'entraînaient sur route, nos amis et abonnés C. Faquet et D. Dugast ont été heurtés par une voiture et projetés à terre. Relevés avec une grave blessure au coude (l'un) et un traumatisme crânien (l'autre), ainsi que de nombreuses contusions, ils ont été hospitalisés. Nos meilleurs vœux à ces deux fondateurs de la revue nouvelle-née « Le Marcheur » (v. page 24). — N. T.

* et non le chien, coureur tout aussi menacé, bien qu'il ne sache pas toujours mordre à bon escient !

Aujourd'hui et demain, les coureurs

Une opinion personnelle sur les théories de van Aaken par Noël Tamini

Ma « rencontre » avec van Aaken date du début de 1967. C'est à cette époque-là qu'à la bibliothèque de l'École fédérale de sport de Macolin (Suisse) j'ai lu pour la première fois un article signé van Aaken. Ledit article était publié par une modeste revue intitulée « Interessengemeinschaft Älterer Langstreckenläufer Deutschlands » qui allait devenir la revue **CONDITION**.

Jetant un regard distrait dans une corbeille à papier, j'y avais en effet découvert un numéro de cette revue ! Quelle surprise !.. ce numéro-là était presque totalement consacré au marathon¹ ! (et à l'époque, pour trouver un article sur le marathon il fallait se lever encore plus tôt qu'aujourd'hui...). Interrogé au sujet de ma découverte, M. Ringli, le bibliothécaire, eut cette candide réponse :

— C'est une revue qui paraît irrégulièrement ! Et je n'ai pas pensé qu'elle pouvait intéresser quelqu'un...

Mais dès lors, il me remit directement les numéros de la « revue de van Aaken ». Dès lors aussi, j'écrivis ma première lettre au Dr van Aaken, dont je traduisis peu à peu les articles principaux.

En ce temps-là, et à Macolin plus qu'en d'autres lieux, on se baignait encore tout entier dans l'interval-training. Arthur Lydiard² (et Snell) avaient certes lancé un gros pavé dans la mare. De même que Bruce Tulloh et Roger Moens (au Congrès des entraîneurs à Duisburg), le premier vantant les bienfaits d'un entraînement à base d'endurance et la joie de courir à sa guise, le second laissant comprendre que sa défaite de Rome (face à Snell) n'était pas sans lien avec le caractère de son entraînement, principalement axé sur l'interval-training de Gerschler³. En Allemagne, c'est l'interval-training qui régnait en maître... et l'on s'appliquait même à faire taire un van Aaken, ou à ne pas écouter un Arthur Lambert⁴.

¹ Il s'agissait du IX. Rundbrief, du 1.1.1967.

² Nous publierons prochainement un grand article de Jeannotat sur la méthode d'entraînement mise au point par Lydiard. De même, notre collaborateur Hans Werge nous permettra de jeter un coup d'œil sur le travail accompli au Danemark par le célèbre entraîneur néo-zélandais.

³ L'interval-training fera également l'objet d'un prochain article de Jeannotat, qui fut un « disciple » de Gerschler avant de devenir un adepte de la méthode de van Aaken.

⁴ « Probablement le seul coureur de fond sur lequel il vaudrait la peine d'écrire un livre » nous a dit de Lambert son compatriote Steffny. De fait, cet homme de 81 ans, qui a couru son premier marathon à 79 ans, après avoir été l'entraîneur de l'Argentin Zabala (1932) et de l'Allemand Schade (1952), mérite amplement la place que nous lui accorderons dans l'un des tout prochains numéros.

Je sacrifiai tout naturellement à cette forme d'entraînement : de nombreuses répétitions de 100 m, de 200 m, etc. De quoi brûler sûrement votre influx, vous ôter le goût de courir et vous exposer à certaines graves et redoutées blessures du tendon d'Achille. Mais contre tous les avis, je préférerais bientôt suivre mon penchant pour les longues distances. Peu à peu — tant pis pour le sourcil froncé des doctes « spécialistes » ! — je laissai de côté le fractionné court pour du tempo (600, 1200 et 1800 m, sur une piste finlandaise de 600 m). Tant pis si j'avais tort... je courais surtout pour mon plaisir... et ce plaisir je tenais à le conserver !

Mais voilà qu'à travers ses textes ce van Aaken ne me donnait pas tort du tout.

La vérité

J'ai promis de dire noir sur blanc ce que je pense des théories du Dr van Aaken telles qu'il les a exprimées dans les deux derniers numéros de SPIRIDON. Qu'on ne se formalise surtout pas à ma place : van Aaken est le contraire de ces scientifiques de salon qui, parce qu'ils croient détenir LA vérité, ...s'en vont creuser un puits pour l'y enfouir, et dès lors n'admettent plus la moindre opinion divergente.

En matière d'entraînement tout comme en d'autres domaines, on risque fort de brûler demain ce que l'on adore aujourd'hui. En tout cas, LA vérité — si elle existe — ne peut être que l'état actuel de nos connaissances (en matière de biologie, de physiologie, de psychologie, de diététique, etc.) et de nos expériences. Et par définition, un « état actuel » se modifie au fil du temps !

D'ailleurs, van Aaken m'écrivait un jour : « Je n'écris pas un évangile... »

Je m'en vais donc exprimer le plus librement du monde mon avis au sujet des théories du Dr van Aaken, celles que j'ai traduites et présentées aux lecteurs de SPIRIDON. Mais en insistant encore sur le fait qu'il s'agit là d'un avis qui n'engage que moi-même... en l'état actuel de mes propres connaissances en matière de course à pied.

Le mannequin et les midinettes

De prime abord, le « coureur de demain » tel que le voit le Dr van Aaken ne me semble pas pourvu d'une véritable consistance : comme une vue de l'esprit... ou tout au plus l'un de ces êtres éthérés, aux formes évanescences, qui s'apparenterait à un mannequin. Un « mannequin » que le « couturier » aurait habillé, et dont les « midinettes » s'inspireraient.

Plus j'y réfléchis, moins je puis m'imaginer qu'il existe un jour des coureurs susceptibles de s'astreindre normalement à un entraînement qui ressemble peu ou prou à celui proposé par van Aaken (voir page 7 du N° 5 de SPIRIDON).

Autant les principes de l'entraînement qu'il propose me paraissent bons, autant l'application qu'il nous en suggère me semble outrancière.

Et puis, le niveau des performances du coureur de demain sera-t-il forcément proportionnel au volume de son entraînement ? Au-delà d'un certain seuil (déjà atteint, et même inutilement franchi, par certains), cela n'est pas plausible. Je crois au contraire qu'au-delà de ce niveau (= qualité d'entraînement + volume d'entraînement) c'est l'homme seul (psychisme, motivation, etc.) qui fera la différence.

D'autre part, comment s'astreindre à pareil entraînement (3-5 séances quotidiennes) sans user peu à peu l'« homme normal » que recouvre la carapace transparente du champion ? Comment le faire sans compromettre son équilibre intérieur ? Mais qu'est-ce qu'un « homme normal » ? qu'est-ce que l'« équilibre intérieur » ?

Ainsi que Raymond Chanon le disait naguère dans le « Miroir de l'athlétisme », le coureur — d'aujourd'hui ou de demain — sera tout d'abord un *homme*. Et « être un homme » procède précisément autant d'un équilibre entre toutes les facultés que d'un désir constant de les épanouir toutes.

La joie de courir

Le champion de demain sera tout d'abord un homme capable d'entretenir en lui la joie de vivre et de courir, conscient de sa valeur exceptionnelle, mais refusant de vivre en égocentriste, tout en réussissant toujours à maintenir autour de lui le climat propice tant à l'entraînement et à la récupération idéale qu'à l'éclosion des grands exploits.

Il me paraît donc que van Aaken accorde trop d'attention aux bases techniques et physiologiques de l'entraînement, et trop peu à la motivation du coureur. Convaincu que nous avons déjà atteint voire franchi ce seuil nécessaire aux plus grands exploits, je suis tout aussi persuadé qu'il nous reste beaucoup à faire sur le plan du psychisme du champion, de sa motivation profonde, de son désir constant de se dépasser, de sa « joie de courir ».

Certes, van Aaken dit avec raison qu'il faut constamment préserver le désir de courir « comme en jouant ». Mais le peut-on vraiment en appliquant le volume d'entraînement qu'il préconise ? Quelques jours peut-être, mais pas très longtemps.

Enfin, je suis d'avis que van Aaken schématise trop, codifiée à l'excès (ex. : sa formule OSC). Le champion de demain, quel qu'il soit, échappera inéluctablement aux formules et aux définitions trop rigoureuses. Comment mettre en formule la motivation d'un individu ? son équilibre intérieur ? son désir de se surpasser ? sa joie de courir ? Quel moteur et quelle motivation, par exemple, que le besoin de vivre, de subsister, que certains Africains peuvent satisfaire grâce à la pratique de la course à pied ! Qui peut dire que cela est plus ou moins important qu'une capacité maximale d'absorption d'oxygène ?

Le fond et la forme

Et puis, si j'accepte pleinement le *fond* des théories de van Aaken, je doute qu'elles ne débouchent que sur une seule *forme*. M'est avis au contraire que la forme d'entraînement sera toujours le reflet des individus, de leur caractère, et fonction de leur situation sociale, de leur vie familiale, des conditions climatiques, que sais-je encore, de leur activité intellectuelle ou de leurs goûts artistiques. Outre le Belge Puttemans et le Suisse Friedli, il se trouve qu'il y a beaucoup de jardiniers parmi les coureurs de fond. Cette inclination vers la vie de la nature — le cas d'un Rault et surtout d'un Liardet en France — est symptomatique. Mais ce qui convient à Puttemans ne conviendra pas forcément à Polleunis, à Gyselinck ou à Roelants. Le mode d'entraînement d'un Rault ne plaira pas forcément à un Liardet ou à un Tijou. Celui d'un Viren ne s'apparentera pas nécessairement à celui d'un Bedford. Mieux : ce qui est un bien pour Vasala ou Arshanov ne sera-t-il pas un mal pour un Bayi ?

Je crois donc que van Aaken a raison d'axer sur l'acquisition de l'endurance l'entraînement d'un coureur de demi-fond ou de fond. Ce qu'il conseille en matière de tempolauf (travail de rythme) me paraît tout aussi judicieux. De même, il fustige comme il convient la musculation, et rappelle à bon droit certains principes de diététique ainsi que les bienfaits du jeûne. Néanmoins, je n'arrive pas à partager tout à fait son opinion quant au mini-sommeil qu'il dit suffisant.

En résumé, van Aaken ne précise pas assez clairement (ou omet) plusieurs principes à mon avis fondamentaux :

La motivation est capitale

1. *Sans une extraordinaire motivation*, pas d'extraordinaire champion : cela me semble capital. Vous ne courrez jamais aussi vite que lorsqu'un chien féroce — et donc la nécessité de sauver votre peau — vous y oblige. Dans ce cas, l'importance du « danger » aura peut-être décuplé vos capacités... ou l'idée que vous en aviez ! Kevers, l'homme qui « fit » Puttemans, me disait récemment : « Sans conditions originelles très difficiles, pas de super-champion. Prenez le cas d'un Puttemans, d'un Roelants surtout ou d'un Zatopek, d'un Ladoumègue, d'un Jazy... » Kevers est dans le vrai : c'est autant la nécessité d'échapper aux conditions originelles que la perspective du monde futur (celui où l'on accèdera ainsi) qui alimentent chez un être cette fureur de vivre (= de courir) exceptionnelle, qui l'aura préparé à des exploits eux aussi exceptionnels ! On dit que c'est la faim qui aiguise le flair du loup, et le rend aussi plus « rusé », plus « courageux » que jamais. On a dit aussi qu'il faut avoir eu faim pour aimer boxer... Nul doute que l'on ne réussira jamais à aller bien au-delà de soi-même si l'on n'en ressent pas l'impérieuse nécessité. Cela confine à la lapalissade.

2. Tel coureur peut fort bien préférer des entraînements relativement peu fréquents mais intenses, et tel autre des séances plus nombreuses ou plus longues, et moins astreignantes, moins pénibles, sans que pour autant les résultats obtenus diffèrent. L'essentiel pour eux étant de ne pas dilapider leur influx nerveux, de s'entraîner au mieux après avoir su à chaque fois récupérer convenablement (est-ce le secret d'un Doesseger ?) d'une séance à l'autre. D'où la *nécessité de toujours mieux se connaître soi-même*, afin de bien entendre (et interpréter !) les « signaux » internes.

3. Quelque niveau qu'ils atteignent, entraînement et compétition doivent demeurer en soi des facteurs d'équilibre, voire — pourquoi le nier ? — de compensation. C'est donc la vie professionnelle, sociale, familiale, sexuelle, tout autant que l'éducation, l'environnement et les goûts personnels qui conditionneront tout naturellement l'intensité et la forme de l'entraînement. D'où l'avantage de disposer d'un entraîneur, d'un conseiller capable d'éclairer votre lanterne à certains moments décisifs.

Vivre mieux grâce à la méthode de van Aaken

Van Aaken aura eu l'extraordinaire mérite, d'ailleurs grâce aux découvertes du professeur Reindell⁵, de s'efforcer inlassablement de promouvoir le rôle de l'endurance dans l'entraînement, et d'abattre de regrettables idées reçues... et gratuites (les prétendus dangers de la course de fond pour l'enfant, pour la femme, pour l'homme âgé, etc.). Il aura surtout mis entre les mains de *chacun* (contrairement à un Lydiard qui s'est essentiellement limité à une « élite ») une méthode d'entraînement qui permet tout simplement à l'homme de vivre mieux, de vivre plus intensément... et plus longuement !

Noël TAMINI

⁵ Le premier article que nous a adressé le Dr van Aaken après son terrible accident fut un hommage au Professeur Reindell, dont les découvertes incitèrent un Gerschler à développer sa conception de l'entraînement (dit interval-training), et qui permirent au Docteur van Aaken de justifier une méthode à base d'endurance. Cet article paraîtra aussi dans SPIRIDON.

UN CAS CONCRET

Comme promis dans le précédent numéro, voici quatre semaines d'un plan d'entraînement conçu pour un coureur bien déterminé, pour un cas particulier. Ce coureur, qui se destine aux longues distances, a 28 ans, et il court depuis 7 ou 8 ans. Avec, il faut bien dire, des infortunes diverses. Son défaut dominant, déterminant : essayer, chaque fois que l'occasion lui en est donnée, d'appliquer l'entraînement de tel ou tel autre coureur, et donc systématiquement se rendre incapable de forger sa propre méthode. Au bout du compte : des forces — nerveuses et musculaires — usées à l'entraînement, une grande constance dans les contre-performances, un moral à zéro, etc.

Il y a maintenant huit mois que nous collaborons. En huit semaines, nous avons réussi à le persuader — non sans peine — d'aller au bout de son premier marathon. Sans le moindre mal, il réussit 2 h. 53. Il lui fallut ensuite plusieurs jours... pour s'en persuader.

Les quatre semaines du plan d'entraînement ci-après sont tirées du 7^e mois. C'est à dessein, mais à titre purement **indicatif**, que nous le publions ici.

Quelques précisions utiles :

- Ces 4 semaines viennent après 6 mois d'un travail d'intensité croissante.
- Notre coureur travaille 8 h. 30 par jour ; mais le lundi et le jeudi, il suit des cours du soir. Il s'entraîne donc 5 jours par semaine. D'où l'effort principal requis de la séance du mercredi (axée sur un travail de résistance) et l'effort global assez important demandé pour les trois jours du week-end (travail d'endurance, ou compétition).

- Cet entraînement tend à être aussi varié que possible, pour éviter à tout prix le danger fréquent d'une certaine lassitude, tout en préservant le plaisir de courir en toutes circonstances.
- Notre coureur s'entraîne seul, mais selon un plan qu'il peut à tout moment modifier (selon les conditions atmosphériques, professionnelles, familiales). A vrai dire, les modifications sont rares.
- Toutes les séances d'entraînement débutent et se terminent par 5 minutes de gymnastique (exercices d'assouplissement, de décontraction, renforcement de la musculature abdominale).

Première semaine :

MARDI

1 h. 30 de jeu de course (il s'agit de pratiquer toutes les formes de course, lente ou rapide, au gré de ta fantaisie. Tu peux le faire aussi bien dans la rue, sur route ou en forêt, et même intercaler ça et là des pauses à la marche ; ne pas dépasser le total approximatif de 18 km).

MERCREDI

3 km de footing (en 14-15 min.), puis 4 × 1000 m en 3'15", avec des pauses de 1000 m au pas ou au trot, et enfin 3 km de footing.

JEUDI —

VENDREDI

12 km à cadences alternées (accélérer progressivement sur 400 m, ralentir durant 200 m, etc.)

SAMEDI

Matin : 12 km de footing (en une heure)

Soir : 25 km au train qui te convient bien : ni trop lent, ni trop rapide, régulièrement, en t'efforçant de bien doser ton effort de manière à pouvoir accélérer sans peine durant les 2 derniers km.

DIMANCHE

40 km à allure libre (c'est-à-dire sans jamais puiser à tes réserves, et même en marchant parfois quelques minutes s'il le faut).

LUNDI —

Deuxième semaine :

MARDI

1 h. 30 de jeu de course.

MERCREDI

2 km de footing, puis 8 x 500 m en 90-95" (pauses de 500 m au petit trot), puis 3 km de footing.

JEUDI —

VENDREDI

40 min. de course en totale décontraction (env. 8 km).

SAMEDI

idem, plus 2 accélérations finales sur 600-800 m.

DIMANCHE

Première compétition de la saison sur route (11,2 km).

Il s'agira pour toi d'une séance de train. Tu t'évertueras donc à adopter dès le départ un train soutenu qui te convienne bien à toi, et qui te permette d'accélérer la cadence au cours du dernier tour (3-4 km). En résumé : 8 km à 90 %, et 3 km à 95-100 %.

LUNDI —

Troisième semaine :

MARDI

1 h. 30 de jeu de course.

MERCREDI

3 km de footing, puis 3 x 3000 m en 11' environ (pauses de 1000 m au petit trot), puis 2 km de footing.

JEUDI —

VENDREDI

2 km de footing, puis 15 km en 55' environ, puis 3 km en décontraction.

SAMEDI

Matin : 10 km de footing.

Soir : 20 km de footing.

DIMANCHE

30 km à la cadence qui te plaît (mais en accélérant durant les 2 derniers km).

LUNDI —

Quatrième semaine :

MARDI

1 heure de jeu de course.

MERCREDI

5 km de footing, plus 3 x 500 m en 80-85" (pauses de 1000 m au petit trot), puis 2 km de footing.

JEUDI —

VENDREDI

40' en décontraction

SAMEDI

Idem, puis 2 accélérations de 800-1000 m.

DIMANCHE

marathon (compétition)

7, 6 ou même 5 heures de sommeil suffisent cette nuit-là... à condition d'avoir bénéficié d'un sommeil normal les jours précédents. De même, surveille ta nourriture la veille de l'épreuve : éviter les graisses, féculents et d'une manière générale les mets que tu digères mal. Préférer les mets sucrés.

La course : courir sans crispation, en s'efforçant — c'est pas toujours facile — de rester en-dessous de tes moyens durant 30 km. C'est ensuite que débute la véritable compétition, c'est alors le moment de te donner à fond, mais progressivement.

But de l'épreuve : non pas tellement un chrono (toujours aléatoire, selon les conditions atmosphériques, la température, etc.), mais plutôt une répartition idéale de ton effort durant la totalité des 42,2 km.

Apprendre à ne pas se laisser entraîner par le train — souvent passager — de certains concurrents inexpérimentés.

LUNDI

40 min. de footing (et si possible massage et sauna).

Ensuite, l'entraînement sera continuellement adapté à l'évolution de la saison, de telle sorte que notre ami atteigne sa meilleure forme en octobre en vue du marathon SPIRIDON de Neuf-Brisach (29 octobre).

N.T.

Juillet, août, septembre 1973

COURSES PEDESTRES EN LOZERE

Nombreuses courses de quartier

1er Marvejols-Mende, le 22 juillet
(24,5 km d'un parcours vallonné)

5e Grand Prix pédestre de Mende, le 19 août
ouvert aux cadets (2,4 km), juniors (4,8 km) et seniors (7,2 km), couru à travers la ville pendant la fête de Mende.

Nombreux prix — Hébergement gratuit — Pas de droits d'inscription.

Renseignements : MOULIN-BEGNATBORDE
Eveil Mendois
Café de la Paix
48000 Mende



Vandendriessche fleuri lors d'un semi-marathon.

(Photo SPIRIDON - L. Gyselincx)

Aurèle Vandendriessche, *le pur marathonnier*

S'il est un athlète belge particulièrement souriant, jovial, communicatif et optimiste, c'est bien Aurèle Vandendriessche. A plus de 40 ans — il est né à Anzegem dans les Flandres le 4 juillet 1932 — Aurèle a su garder intact son amour de la course à pied. Le feu sacré l'habite toujours, malgré de nombreuses blessures musculaires. C'est fort gentiment qu'il a accepté de retracer les grandes lignes de sa carrière pour les lecteurs de SPIRIDON.

Notre ami Aurèle disputa sa première course à 16 ans. Les débuts assez modestes ne laissaient nullement supposer qu'il deviendrait plus tard l'un des plus grands marathoniens des années 60. En 1949 en effet, il s'était classé 14^e du championnat de cross et 11^e du championnat de 600 m sur piste, dans la catégorie des cadets. Son manque de vitesse de base (ses meilleurs temps sur 800 m et 1500 m sont de 2'05" et 4'05"6) allait naturellement l'orienter vers le grand fond. Et c'est ainsi qu'il disputa son premier 10 000 m à moins de 21 ans. Trois ans plus tard, en 1956, il se lançait dans le marathon à l'occasion du championnat de Belgique, qu'il remporta en 2 h. 25'51". La même

année, il se classait 24^e du marathon des Jeux de Melbourne. Ce titre national, Aurèle le défendra avec succès pendant 9 ans, jusqu'en 1964. Faute d'une grande opposition il veillait à chaque fois d'avoir un maximum d'avance sur le second : 19', et même une fois 23'22". En 1970, Aurèle croyait bien gagner son 10^e titre, mais un jeune coureur lui souffla la victoire. Karel Lismond, ce surprenant vainqueur de 21 ans n'allait d'ailleurs pas en rester là, puisqu'un an plus tard il terminait en vainqueur le marathon d'Helsinki, avant d'obtenir une médaille d'argent aux Jeux de Munich. Au cours de sa très longue carrière, Aurèle a couru 48 marathons (meilleur temps : 2 h. 15'23").

De bons et de mauvais souvenirs

Comme tout coureur parvenu à la fin d'une carrière aussi bien remplie, Aurèle pourrait nous conter une foule de souvenirs. Celui qui lui tient le plus à cœur, c'est sa première victoire au marathon de Boston en 1963 (qu'il remporta à nouveau en 1964). Il faut dire que ce jour-là il ne « fit pas de détail » puisqu'il battit des cou-

reurs comme John Kennedy, champion des Etats-Unis (à 3 min.), Kilby, champion d'Europe (à 4 min.), Oksanen, champion de Finlande (à 6 min.), Abebe Bikila, champion olympique (à plus de 6 min.) et Mamo Wolde¹; futur champion olympique (à 14 min.). Son plus mauvais souvenir remonte aux Jeux de Rome en 1960, où il abandonna au bout de 30 km. Souffrant atrocement des pieds, il dut renoncer alors qu'il se trouvait dans le groupe de tête.

Son entraînement en 1963

Jamais avare de conseils, Aurèle a bien voulu nous dévoiler son entraînement au moment de sa grande forme, en 1963. Aurèle, qui bénéficiait d'un rythme cardiaque exceptionnellement lent (32 à 36 pulsations/minute le matin) et qui récupérait très vite, insiste sur le fait que cet entraînement n'est pas à conseiller à tout le monde. Il faut en effet beaucoup de prudence en ce domaine, le plan d'entraînement d'un athlète ne valant forcément que pour lui seul.

¹ Quel est l'âge du «vétéran» Wolde? Cette question a donné lieu l'an dernier à plusieurs réponses, malheureusement divergentes. Grâce à notre ami Manfred Steffny, nous sommes maintenant en mesure de déclarer que Mamo Wolde est bel et bien vétéran, et qu'il a même 3 ans de plus que Vandendriessche, puisqu'il est né en 1929. Steffny tient cette précision de la bouche même de l'entraîneur des Ethiopiens, qu'il a rencontré en février à Puerto Rico. — N. T.

Une fois de plus, Vandendriessche a «fait la différence».

(Photo SPIRIDON - L. Gyselinck)



Et si l'on peut écouter certains conseils, il serait stupide de s'attacher à copier servilement l'entraînement de tel ou tel champion.

S'entraînant en général seul, Aurèle nous a assuré avoir couru cette année-là plus de 15 000 (quinze mille) kilomètres.

Voici un exemple du travail accompli pendant une semaine de cet été :

Lundi	le matin : 45 km ; à midi : 15 km, et le soir 10 km (cadence : 5' par km)
Mardi	le matin : 30 x 400 m (en 70'') et le soir 10 km
Mercredi	comme lundi
Jedi	le matin 20 x 1000 m en 3'05'' et le soir 10 km
Vendredi	comme lundi et mercredi
Samedi	50 km l'après-midi
Dimanche	30 x 600 m en 1'40'' environ.

L'hiver, l'entraînement d'Aurèle diminuait à peu près de moitié, à raison d'une séance par jour. Le dimanche, il courait des cross-country, mais uniquement comme moyen de préparation. Cela ne l'empêcha pas d'être sélectionné à quatre reprises dans l'équipe nationale pour le Cross des nations, se classant même 5^e à Nantes en 1961.

Avec ou sans facilités ?

A l'approche d'un marathon, il continuait normalement son entraînement ; mais l'avant-veille, il se contentait d'une vingtaine de kilomètres en décontraction (environ 1 h. 45'). Et la veille, il courait 45' lentement, puis 5 x 100 m ; le matin de l'épreuve, il courait encore 30' lentement et terminait par 3 x 100 m.

D'après Aurèle, pour arriver à la véritable classe internationale, un marathonien doit courir au moins 10 000 km par an.

Un tel programme pourrait laisser penser que l'ami Aurèle disposait d'énormes facilités. Il n'en est rien cependant, car l'aide qu'il reçut fut pratiquement nulle. D'ailleurs, souvent Vandendriessche se levait bien avant 5 heures pour mouliner ses kilomètres avant d'aller à son travail d'employé de bureau.

Après 17 années de compétition en marathon et bien que blessé depuis 1971, Aurèle nous exprima encore l'espoir de flirter avec les 2 h. 20'. Le 11 juin 1972, il tenta à nouveau la grande aventure au championnat national ; mais la mort dans l'âme, il fut contraint de s'arrêter après 10 km.

Malgré tous ces revers successifs, Aurèle a su préserver l'enthousiasme d'un débutant. Et même s'il se contente dorénavant d'une séance hebdomadaire, nul doute que par ses conseils et sa gentillesse il peut encore nous apporter beaucoup.

C. LIÉGEOIS

La malveillance

UN INCONNU... se disant « géomètre-expert et agrégé statisticien vaudois d'athlétisme depuis plus de 10 ans » nous a écrit le 17 janvier dernier pour nous faire savoir qu'il avait « mesuré avec exactitude la distance du marathon de **Neuf-Brisach**. » Or, à son avis « les 42,195 km annoncés par l'organisateur ne sont que boniment... »

Ainsi mis en cause, Jean Ritzenthaler nous a précisé « avoir mesuré le parcours selon les règlements officiels de l'IAAF, à l'aide d'une roue de géomètre. J'ai passé au total, nous écrit-il, avec trois camarades, trois après-midi pour effectuer les mesurages selon l'art. 145 (4), c'est-à-dire à 1 m du bord de la route et dans la direction de la course. » Notre confiance dans le sérieux des gars de **Neuf-Brisach** n'avait, faut-il le dire, jamais été ébranlée.

Certains organisateurs ne nous en voudront peut-être pas de leur rappeler (ou de leur faire découvrir ?) la teneur de cet article 145 (4). « *Il est recommandé, y lit-on notamment, qu'une roue de circonférence exacte soit utilisée. La roue ne devra pas tourner à une vitesse de plus de 5000 m à l'heure et le compteur devra être vérifié sur une section de route (et non sur une piste de course) d'une longueur d'au moins un kilomètre, mesurée avec précision au moyen d'une chaîne de géomètre ou d'un ruban d'acier.* »

C'est l'occasion d'annoncer qu'en matière de marathon les organisateurs « doivent prendre des mesures pour assurer la sécurité des participants. Aux Jeux olympiques et aux Jeux ou championnats régionaux ou de groupe, ainsi que chaque fois que ce sera possible, les organisateurs doivent donner l'assurance que les routes employées pour la compétition sont fermées dans les deux sens, c'est-à-dire **non ouvertes au trafic motorisé** ». Ce nouveau paragraphe entre en vigueur le 1er mai 1973. Souhaitons — avec tous les coureurs sans doute — que ces deux extraits du règlement soient appliqués à la lettre, et... par tous les organisateurs de courses sur route !

Nous avons parlé d'un inconnu. Forcément, car le scribeur, comme on dit en graphologie, a posté sa lettre à Genève, précisant qu'il en adressait copie à la Fédération française d'athlétisme. Il disait aussi avoir requis l'aide de deux autres personnes, MM. « Vogts (sic) et Pernet, géomètres ». Nous lui avons répondu immédiatement à l'adresse qu'il nous avait donnée. Ce sont les PTT, en nous retournant notre lettre, qui l'ont qualifié d'« inconnu ».

Une petite enquête menée auprès de quelques amis de Belgique, de France et de Suisse a fait tout à coup converger les soupçons vers un marathonien français, qui ne semble d'ailleurs pas jouir de toutes ses facultés, comme on dit.

Quoi qu'il en soit, et bien que toutes les preuves de sa malveillance soient réunies contre lui, nous taisons son nom. Et nous le remercions de nous avoir donné l'occasion d'expliquer comment l'on mesure exactement la distance d'une course sur route. **N. T.**

... ils arrivaient au compte-gouttes (ci-dessous le modèle « Long Jog ») ... ils sont maintenant à votre porte :



LES FAMEUX SOULIERS EB !

Parce que nous estimons ces 4 modèles-ci supérieurs aux chaussures des autres marques, nous avons choisi de vous en faire profiter !

Marathon : pour la compétition sur route **Fr. s. 75.—**

Long Jog : pour l'entraînement (et éventuellement pour la compétition) **Fr. s. 72.—**

A. Lydiard : pour les très longs entraînements sur route **Fr. s. 80.—**

Universal : (avec semelle spéciale antidérapante) pour tous terrains **Fr. s. 82.—**

Plus les frais d'envoi

Prospectus et commandes (pour vous garantir des souliers à votre pointure : dessinez le contour de votre pied sur une feuille jointe à la commande) à :

J.-D. Dulux, Case postale, 9202 Gossau (Suisse)

Samedi 15 septembre à 16 heures

à Millau (Aveyron)

100 KM A ALLURE LIBRE

Temps limite : 24 heures

Renseignements : **A. Guittard, Ecole EDF, 12400 St-Affrique (France).**

6 mai : 20 km pour vétérans

3 catégories

A DRAVEIL (Forêt de Senart)

Ecrire ou téléphoner à :

Marcel Bars, 44, avenue d'E.-d'Orves, 91210 Draveil (France), tél. 904 59 22

Samedi 5 mai à 14 h. 30

MARATHON DE SCHIFFLANGE

Parcours plat, en 3 boucles.

Taxe d'inscription : aucune

Prix : à tout participant classé (classement séparé pour vétérans)

Renseignements et inscription :

Alex Stammel, Place de l'Exposition 3, Esch/Alzette (Gd-Duché du Luxembourg)

Un homme comme vous et moi

L'histoire de Doessegger telle qu'on va la lire ci-après est rigoureusement vraie. Il n'est pourtant pas superflu de le préciser, tout particulièrement à l'adresse des lecteurs non suisses. Car en Suisse, et grâce à Morat-Fribourg surtout, Doessegger est connu de chacun. Autant par des exploits qui trappent l'esprit du commun des mortels — ceux qui courent de Morat à Fribourg — que par cet amateurisme intégral (d'un autre âge ?) qu'il incarne avec tant de bonhomie et de simplicité. C'est qu'en lui le champion est si bien associé à l'homme normal, au gars « qui travaille comme tout le monde » ! Mais voilà... au lieu de s'en aller ensuite à la pêche, au lieu de chanter dans un « Männerchor » ou de jouer au jass, aux cartes, notre gars va s'entraîner... avant de réussir des performances qui dépassent presque l'entendement. Doessegger c'est l'anti-vedette, c'est un petit gars qu'on aime parce qu'il permet à chacun de s'identifier à lui.

Un soir de mai 1965, je courais sur la magnifique piste finlandaise des environs de l'Ecole fédérale de sport de Macolin (Suisse). Sur la même piste, un homme faisait d'ailleurs un peu de footing à cette heure-là : Kaspar Wolf, futur directeur de l'Ecole. Au fil des tours, je remarquai bientôt un troisième coureur. Ce type-là, je ne le connaissais pas du tout, mais il m'intrigua parce qu'il s'entraînait... assez durement, et à la manière d'un coureur de fond. Et j'étais incapable de mettre un nom sur cette tête-là !

Quand il eut achevé son programme, je le vis se changer discrètement en bordure de la piste, près d'une grosse pierre sur laquelle il avait déposé ses vêtements. Je m'approchai de lui. Il me dit se nommer Doessegger. Doessegger ! oh là là, ce nom-là disait quelque chose au quasi-néophyte que j'étais ! Je songai tout de suite au Morat-Fribourg de 1964, où en catégorie B un Doessegger avait terminé à la 2e place derrière Spengler, mais devant Hans Burri (décédé depuis) et moi-même. Mais surtout, ce Doessegger-là venait de se classer 2e du Championnat national de cross, derrière Eisenring, qui se retira de la compétition aussitôt après.

J'étais content de pouvoir lui dire tout cela. Et lui il eut ce sourire gentil qu'on n'oublie pas. Il m'expliqua qu'il se trouvait pour quelques jours en stage à Bienne, la ville voisine. Et qu'il venait de découvrir Macolin. Il se proposait de s'y entraîner de nouveau les soirs suivants. Je l'invitai à utiliser dorénavant les vestiaires et les douches de l'Ecole. « C'est vrai, tu crois que je peux ? me dit-il. Je ne voudrais pas déranger... » Doessegger, un homme qui sait se satisfaire de ce qu'il a, même si cela n'est presque rien.

A Vienne, quelques semaines plus tard, Werner franchissait tout aussi discrètement la porte de

l'équipe nationale. Il allait courir le 10 000 m d'un match contre l'Autriche, ou dans le cadre des Six-Nations, je ne sais plus. Or l'excellent commentateur de la TV romande (que notre ami Boris Acquadro me pardonne de le rappeler !) n'était pas content du tout qu'on ait sélectionné ce Doessegger, cet inconnu. Et il le disait aux téléspectateurs (et moi, qui le connaissais maintenant ce Doessegger !.. je voulais tellement qu'il sorte tout à l'heure de l'inconnu !) C'est qu'à la date de la sélection, Doessegger avait certes réussi la performance qui l'avait amené à Vienne, mais... quelques jours avant ce match, le Genevois Gehri avait fait mieux sur 10 000 m ! Ce jour-là, Doessegger se défendit si magnifiquement que Boris Acquadro convint aussitôt que tant lui-même que les téléspectateurs venaient de faire une agréable découverte.

Nous étions convenus d'une entrevue chez lui quelque temps après son retour de la « corrida » de Sao Paulo (le journal organisateur l'ayant « oublié », ses nombreux amis argoviens lui avaient offert ce voyage, et Werner leur avait rapporté une 4e place !). A l'heure dit, il m'accueillit à la gare d'Aarau.

— Excuse-moi, me dit-il d'emblée, je suis encore en habits de travail, je viens seulement de quitter l'atelier.

Or, c'était un samedi, et ma montre indiquait plus de 12 heures.

Madame Doessegger nous avait préparé du bœuf et des spaghettis, avec de la salade, le tout arrosé de bière. Une demi-heure à peine après le dessert, nous rencontrions à plusieurs kilomètres de là des gars du Fricktal, dont Doessegger allait diriger l'entraînement. C'était une séance à base d'interval-training. Je dus bientôt adopter un train de sénateur, faute d'avoir digéré le repas récemment ingurgité. Doessegger, lui, contrairement à tout ce que je savais en la matière, ne s'en ressentait pas du tout : il « tournait » inlassablement sur les chemins de campagne qui nous servaient de piste. L'estomac de Doessegger... la seule chose qui continue à m'intriguer chez lui !

Je tenais, par ces quelques souvenirs personnels, à apporter d'emblée, si nécessaire, ma propre caution aux propos — qui stupéfieront plus d'un — d'Yves Jeannotat.

Amis lecteurs, Doessegger est (je vous l'assure) un homme « comme vous et moi ». Avec toutefois quelque chose de plus : une farouche détermination enrobée de cette inaltérable gentillesse... qui en dit long sur son psychisme, sur son équilibre intérieur (... et qui donc expliquerait l'inexplicable ?).

Noël TAMINI



Morat-Fribourg 1972. Doessegger construit sa 8^e victoire consécutive. De droite à gauche : Rüeggsegger, Berset, Doessegger, Umberg (428), Fähndrich (29), Moser (291), U. Heim (178) cachant Friedli, C. Blum (350), F. Schneider (382).
(Photo SPIRIDON - Jeannotat)

Le dernier des grands amateurs

Werner Doessegger est né le 18 février 1938 à Niederlenz, petit village du canton d'Argovie, en Suisse alémanique. S'il est vrai que le coureur des temps modernes a de plus en plus tendance à être de taille élancée et filliforme, lui appartient encore à la catégorie des coureurs de fond traditionnels : petit (1 m 61), léger (54 kg) et volontaire ! Visage raviné, menton saillant, tous ses traits expriment une détermination farouche. Il présente visiblement les caractéristiques de l'athlète d'endurance, à cette réserve près, qu'il est toujours content, et que, en dehors de l'effort de compétition, on ne l'a jamais vu dépourvu de son sourire bon enfant. Et pourtant, il est bien connu qu'on leur prête des caractères... difficiles. Ce n'est pas qu'ils soient moins bien nés que les autres, c'est bien plutôt pour les besoins de la cause !

Jusqu'ici, donc, pour autant que l'on fasse abstraction de cette petite anomalie, rien de bien particulier chez ce minuscule « mécanicien-coureur » que l'on a pris l'habitude d'appeler le « tom-pouce » de l'athlétisme suisse !

Mais, dès qu'on aborde sa carrière sportive, on ne sait plus trop ce qu'il faut en croire : phénomène, miracle de la nature ? Une chose, en tout cas est certaine, Werner Doessegger, en dépit d'une conception « physique » de la haute compétition bousculant toutes les données scientifiques qui font rage de nos jours, mais grâce à une vision instinctive du sport qui paraît remonter aux sources de la pureté, dispensatrice d'énergie et de puissance, s'est hissé sans trop le chercher au niveau des meilleurs athlètes mondiaux de la course à pied ! Il semble bien, en ceci, que l'on se trouve en face d'un « cas ». Ceux qui pensent qu'il est impossible de rivaliser, au niveau des performances d'aujourd'hui, avec des champions reconnus, en restant un amateur dans tous les sens du terme, c'est-à-dire en pratiquant parce qu'on aime et seulement pour cela, n'ont d'autre alternative que de ne rien croire lorsqu'on leur raconte Werner Doessegger ! Pour faciliter les comparaisons et tirer d'éventuelles conclusions, je rappelle d'emblée qu'à Helsinki¹, pris en sandwich entre les deux

¹ Rappelons le classement du 10 000 m de ces championnats d'Europe : 1. Väättäinen (Fin), 27:52,8 ; 2. Haase (RDA), 27:53,4 ; 3. Sharafetdinov (URSS), 27:56,4 ; 4. Korica (You), 27:58,4 ; 5. Haro (E), 27:59,4 ; 6. Bedford (GB), 28:04,4 ; 7. Tagg (GB), 28:14,8 ; 8. Tuominen (Fin), 28:18,0 ; 9. Letzerich (RFA), 28:21,0 ; 10. Tijou (F), 28:21,8 ; 11. Doessegger (CH), 28:23,0 ; 12. Rault (F), 28:23,2 ; 13. Lane (GB), 28:24,0 ; 14. Risa (N), 28:24,4 ; 15. J. Krebs (RDA), 28:26,8 ; 16. Lismont (B), 28:31,2 ; 17. Viren (Fin), 28:33,2 ; 18. Sviridov (URSS), 28:41,2 ; 19. Jansky (CSSR), etc.



Doessegger à l'arrivée d'un 5000 m.

(Photo Lörtscher, Macolin)

Français Tijou et Rault, il fut chronométré en 28'23" au terme d'un 10 000 m dans lequel la lutte dramatique que se livraient les hommes de tête capta l'attention à un tel point que personne — ou presque — ne vit ce qui se passait un peu plus loin !

Werner Doessegger est un ami. Il débutait en équipe nationale alors que j'en étais à mes dernières sélections. J'ai donc pu suivre sa carrière de très près et je puis assurer que tout ce que je vais raconter est véritable jusque dans les moindres détails.

Doessegger et la « petite reine »

Werner Doessegger a grandi dans son village natal de Niederlenz, où l'on parle, bien entendu, l'allemand. Dès qu'il eut terminé ses classes obligatoires, il s'en vint en Suisse romande pour y acquérir quelques notions de français. Il s'engagea dans une boulangerie comme porteur de pain. Chaque jour, à vélo, il faisait son petit « à travers Lausanne », pour quelques sous de bonne main, en suivant à peu de chose près les mêmes rues abruptes et tourmentées qu'empruntent, une fois par année, les « gros bras » de la bicyclette en réunion d'« après-tour », mais en quête, eux, d'impressionnants cachets.

Un an s'écoula ainsi, puis il retourna dans son pays et y commença un apprentissage de mécanicien sur autos.

Sa vitalité peu commune l'amena très tôt à fréquenter les milieux sportifs. Il fit d'abord partie des « pupilles » de Niederlenz ; comme en Suisse tout débute par la « gym », il se lança dans l'« artistique » : exercices au sol, anneaux, barres parallèles... Il était doué pour tout. On le lui disait du moins. Toutefois, la discipline quelque peu militaire qui régit les « sections » ne lui plaisait pas trop ; il se fit de plus en plus rare aux entraînements. Grâce à son frère, engagé dans les milieux cyclistes, il entra alors en possession d'une licence juniors. Enfin, il avait découvert une activité qui correspondait à son tempérament de fonceur. Dès sa première année de compétition, il s'octroya le titre cantonal dans sa catégorie : l'année suivante, il était devenu quasiment imbattable. Il se distinguait particulièrement dans les courses de côte, car il pouvait éviter, ainsi, les arrivées en peloton et larguer ses adversaires sur la pente. Il était heureux : il s'entraînait deux à trois fois par semaine, après le travail, comme c'était la coutume entre les années 1950 et 1960 et, le dimanche, il remportait sa petite victoire.

Une épreuve, pourtant, allait, un beau jour, le secouer et donner à sa carrière sportive une orientation nouvelle : à un peu moins de deux kilomètres de l'arrivée, il possédait une bonne minute d'avance sur le peloton : il allait être champion national juniors ! Mais, fatalité : un clou perdu sur la chaussée... c'était la crevaillon ! Que faire ? Il n'avait pas le choix : poursuivre tête baissée mais à pied ! Sa bicyclette avait un roulis qu'il trouva délicieux. Il en éprouva une telle sensation qu'il en oublia l'effort supplémentaire et la meute à ses trousses. Ce n'est qu'à cent mètres de l'arrivée, lorsque celle-ci passa impitoyablement, qu'il reprit tous ses sens. L'ivresse qu'il avait connue durant cette fin d'épreuve allait lui permettre de franchir une nouvelle étape vers la course à pied, mais sans la connaître vraiment encore : l'ardeur qu'il avait dû apporter à « tirer » sa machine, l'engagea à s'essayer en cyclocross : nouvelle montée en flèche, nouvelles victoires, jusqu'au jour où une chute le laissa sans connaissance sur le sol ! Une grave blessure à la hanche l'empêcha de remonter en selle : il vendit son vélo ! Adieu le sport : la petite reine est morte ! vive l'amour ! Il se maria et deux ans se passèrent avant qu'il ne retrouve l'envie d'autres ivresses !..

La course à pied

Durant deux ans donc, le sport ne l'intéressa plus que superficiellement. Il vivait bien ! En dehors de son travail, il savourait la douceur chaude de la famille et promenait son chien (le dressage est sa passion), puis il retourna s'inscrire à la société de gymnastique de Niederlenz : pour garder un peu de souplesse. Un soir, un ami le persuada de l'accompagner, le dimanche suivant, et de s'aligner avec lui au départ d'une

course de campagne : il termina trentième ! Piqué au vif de son orgueil, il commença à s'entraîner. Un an plus tard, il s'engageait pour la deuxième fois dans une épreuve. Cette fois, il terminait aux avant-postes. De semaine en semaine il était un peu plus près de la victoire. Lorsqu'il eut franchi pour la première fois en vainqueur la ligne d'arrivée, on ne put plus l'arrêter. Ce n'est pourtant qu'à 26 ans qu'il fit connaissance avec la piste. On le remarqua d'emblée ; toutefois, vu son âge, les techniciens ne prirent pas garde à lui, si ce n'est Otto Misangyi, entraîneur hongrois domicilié en Suisse, qui « sentit », lui, ce qui se cachait sous cette écorce, et l'encouragea à persévérer. En 1967 déjà, il était champion national sur 5000 m et, dès ce jour, il ne fut pratiquement plus battu en Suisse !

Aujourd'hui, à 35 ans, il totalise 5 titres nationaux en cross-country, 2 sur 5000 m et 4 sur 10 000 m. Il détient les records du 10 000 m en 28'23" et ceux de l'heure (1 h. 1'16"6) et des 20 km (19 km 579,55). Huit fois consécutivement, il a gagné la fameuse course « Morat-Fribourg » (16 km 400) que l'on commence à connaître à travers le monde (3000 participants en 1972) ! Mais son plus beau souvenir, outre son 10 000 m d'Helsinki, c'est Sao Paulo et la « Corrida » de la Saint-Sylvestre. « ...non pas parce que je m'y suis classé quatrième, précise-t-il, mais à cause de l'ambiance générale et du voyage ! » Il était précédé par Roelants, l'athlète qu'il admire le plus, par Wiggs et par Ambu. Un de ses plus beaux souvenirs, c'est aussi son dernier 10 000 m, celui des Jeux de Munich. D'abord parce qu'il s'agit d'une course disputée dans le cadre des Jeux, auxquels il pensait bien ne jamais avoir accès. Jusqu'à cette année, la route lui en avait constamment été barrée. Trois mois avant ceux-ci — les derniers possibles pour lui — une violente douleur à une jambe le tint, six semaines durant, éloigné des pistes et des champs d'entraînement ! Mais, avec cette confiance qui le caractérise — cette fois, pourtant, elle faillit vaciller — il revint à temps et réussit à nouveau, contre toute attente... 28'36"4 à Munich !

C'était un point final. Il pensait encore, en fait, au Cross des Nations, mais, cet hiver, la grippe lui tint compagnie, « de sorte que, dit-il, c'est dans une épreuve olympique que j'aurai fait mes adieux à la haute compétition ! » Malgré ces exploits, pourtant, Werner Doessegger est relativement peu connu à l'étranger : pourquoi ?

Le plaisir et la liberté

Parce qu'il a toujours couru pour son plaisir et seulement pour cela !

Parce qu'il a fait passer sa profession avant le sport !

Parce que, pour cette raison, il a refusé, neuf fois sur dix, les invitations qui lui sont parvenues de l'étranger !

Parce qu'il n'a jamais accepté aucune aide d'où quelle vienne, si elle risquait de compromettre sa liberté !



Doessegger félicité par Wiggs et Roelants... de sa 4^e place de la « Corrida » de Sao Paulo.

Jusqu'au terme de sa carrière, Werner Doessegger — de mécanicien sur auto, il est devenu chef d'atelier — a travaillé 9 heures par jour.

Il est bien rare — c'est lui qui l'affirme — qu'il ait consacré plus d'une heure par jour à l'entraînement. Durant toute l'année, il courait entre 80 et 100 km par semaine, presque toujours en forêt et sans plan particulier, en obéis-

EVOLUTION DES PERFORMANCES DE DOESSEGGER

	3000 m	5000 m	10 000 m	Morat-Fribourg (16,4 km)
1964 (26)	8'47"8	15'17"6	32'16"4	59'09"
1965 (27)	8'26"2	14'22"8	31'10"4	52'32"
1966 (28)	8'25"2	14'32"4	30'18"4	54'09"
1967 (29)	8'24"4	14'17"0	30'34"0	53'09"
1968 (30)	8'23"0	14'15"2	29'39"0	51'47"
1969 (31)	—	14'04"4	29'44"4	51'12"
1970 (32)	8'15"8	14'02"4	29'40"8	52'03"
1971 (33)	—	13'46"2	28'23"0	51'04"
1972 (34)	—	13'57"4	28'36"4	50'50"

sant à son instinct. Quelquefois, durant le week-end, s'il ne prenait pas part à une course, il effectuait une sortie à vélo, ou, en hiver, à skis, parcourant alors jusqu'à 50 km.

« Ce qui équivalait, dit-il, à 20 km de course à pied, mais c'est un excellent exercice d'endurance, et c'est tellement merveilleux ! » Chaque hiver, il remporta de nombreuses épreuves dans sa région !

Courant vraiment pour son plaisir, il ne s'est jamais trop préoccupé de ce qui est scientifique. Toutefois, il n'a jamais dit « non » lorsque quelqu'un — et cela se produisit souvent — lui prodiguait ses conseils, mais jamais non plus, il ne changea quoi que ce soit à ses habitudes ! Par exemple, le soir, il prenait un copieux repas juste avant de partir à l'entraînement : « ...Je sais que ce n'est pas à imiter, dit-il, mais je m'en portais bien, alors ? »

Il n'a pas accepté, même durant ses meilleures années, de faire partie des cadres nationaux de préparation et, sauf à de rares exceptions, il négligeait les massages, parce qu'il aurait été obligé d'y sacrifier une soirée d'entraînement !

Lorsqu'il courait à l'étranger, les jours qu'il devait consacrer à ses déplacements lui étaient comptés comme jours de vacances !

Quelqu'un lui demanda, un jour, ce que lui rapportaient ses nombreuses victoires. Il répondit : « Le plus souvent, une médaille, mais je paie comme tout le monde, le prix de mon ins-

cription ! » (En Suisse, de 8 à 10 francs par épreuve).

On lui dit encore : si vous vous étiez entraîné davantage et que votre profession ne vous ait pas accaparé autant, vous auriez fait mieux encore et vous auriez été plus près de Bedford et de Väättäinen. « ...peut-être, répond-il sans hésiter, mais je ne suis pas sûr que j'aurais été aussi pleinement heureux, comme je ne suis pas certain non plus qu'ils éprouvent de leur côté, les mêmes joies que j'ai connues moi-même. Alors, à tout prendre, je préfère ne pas les avoir imités ».

Werner Doessegger est bien un cas unique. Par ses méthodes, il ressemblait un peu à un être du moyen-âge perdu au milieu des robots des temps modernes. Mais voilà, malgré cela, il courait comme un « petit » dieu des stades et il réalisa des temps qui laissent songeur. Il s'est entraîné et s'est comporté comme un coureur de campagne, du moins aux yeux des théoriciens, mais il a été chronométré en 28'23" sur 10 000 m ! Je crois, en fait, que s'il avait changé quoi que ce fût à sa façon de faire, il aurait probablement été moins bon ! Sans l'avoir voulu, il a donné à beaucoup de coureurs, à beaucoup d'entraîneurs aussi, une excellente leçon : *c'est l'âme qui est le véritable moteur de l'homme !* Et s'il en est dépourvu, le corps, belle mécanique certes, sera toujours sujet à moult défaillances imprévisibles.

Yves JEANNOTAT

Brièvement

STATISTIQUES INÉDITES. Avec la collaboration bénévole de Françoise de Greck (Genève) et de Micheline Clerc (Muttentz), Antonin Hejda (Fribourg) accomplit depuis plusieurs mois un important travail de statistique, aussi précieux qu'inédit. Pour le 800 m et le 1500 m (féminin et masculin), le 5000 m, le 10 000 m et le marathon, Hejda établit, discipline par discipline, la liste des dix meilleurs performeurs de 1972, et cela pour tous les principaux pays concernés (plus d'une quarantaine). De plus, pour la quasi-totalité des athlètes Hejda a ajouté la performance réalisée en 1971. En outre, la moyenne (précisée pour chaque pays) de ces dix meilleures performances permet de connaître aussitôt la valeur comparative des différents pays. Cette statistique ne paraîtra pas dans SPIRIDON mais elle sera disponible dès le mois de mai auprès de A. Hejda, rue de Gruyères 33, 1700 Fribourg (Suisse). Prix : 5 fr. s., 7 FF, 60 FB.

Grâce au précieux concours de statisticiens d'Allemagne et de Tchécoslovaquie, Hejda est également en train de mettre la dernière main à une statistique que les Roelants, Tijou, Polleunis et autres Kolbeck apprécieront en connaisseurs : la liste complète de tous les coureurs qui ont déjà réalisé 19 km dans l'heure. Cette liste va paraître dans SPIRIDON.

VÉTÉRANS CÉLÈBRES. Il y a quelque temps déjà, nous annonçons une série d'articles sur quelques « vétérans célèbres », et particulièrement dignes d'être mieux connus. Les différents travaux que nécessitent le lancement de SPIRIDON et son maintien sur orbite ne nous ont pas permis de faire jusqu'ici toutes les recherches inhérentes à des articles bien étoffés et dûment illustrés. Mais nous pouvons d'ores et déjà préciser que nous débiterons — à tout seigneur tout honneur ! — par Arthur Lambert, cet Allemand à maints égards exceptionnel. Non content d'avoir entraîné des champions, il est devenu lui-même coureur de fond. Il y a deux ans, il terminait son premier marathon. Il avait 79 ans.

EN GROUPE, EN FOULE, EN PROCESSION... Le 29 avril, une vingtaine de coureurs abonnés à SPIRIDON auront participé à la traditionnelle course de Hluboka, dans le sud de la Bohême (CSSR), une épreuve patronnée par SPIRIDON. C'est ainsi qu'on y aura vu des coureurs des deux Allemagnes, d'Italie, de Suisse, mais surtout un fort contingent de Français et de Belges. (Peut-être même Kathy Switzer revenue expressément de New York à cet effet.) Ainsi qu'un petit nombre d'accompagnants.

Cette course en Tchécoslovaquie constitue en fait le premier « voyage organisé par la revue SPIRIDON ». Il n'est pas impossible en effet que dans un proche avenir nous organisions des voyages analogues à l'intention des lecteurs de SPIRIDON. Amis lecteurs (coureurs ou accompagnants) manifestez-nous, s'il existe, votre intérêt à l'égard d'un voyage à Athènes, Manchester, Windsor, Kosice, ou même Boston, Puerto-Rico. Tout dépendra ensuite du développement de SPIRIDON. Mais lorsqu'on sait qu'un coureur à pied est ordinairement un voyageur-né...

1. Shorter (USA) 25	2:10:30
13. Lismont (B) 23	2:14:31
48. Steffny (RFA) 31	2:16:45
60. Mielke (RFA) 28	2:17:18
72. Miladek (CSSR) 30	2:18:00
77. Lacour (F)	2:18:05
100. Kolbeck (F) 28	2:19:14
115. E. Gyselincq (B) 27	2:19:37
140. Peiren (B) 35	2:20:13
166. Sidler (CH) 38	2:20:55
231. Schirmer (RFA) 21	2:22:04

Ce sont là les abonnés à SPIRIDON qui figurent au classement des 236 meilleurs marathoniens de 1972, tel qu'il a été établi par N. Tamini avec l'assistance de Roger Gynn, Grande-Bretagne. On peut obtenir ce classement (contre 2 fr. s., 2,80 FF, 22 FB — en timbres-poste s.v.p. — ou 4 coupons-réponse) en s'adressant à SPIRIDON, box 257, 4005 Bâle.

Deux coureurs canadiens

Roland Michaut, un vétéran

(Né en 1927, Michaut, du club Mont Royal Francs Amis, est arrivé au Canada en 1952. Il a remporté en 1972 la Coupe de Montréal du mile (1609 m, soit 12 tours de piste intérieure) en 5'08", ainsi que le 3 miles (catégorie vétérans, 35 ans et plus dans ce cas, 25 classés) du Parc Lafontaine, en 16' 01". C'était en septembre dernier. De même, il a pris la 3e place du championnat national des raquetteurs au 5 miles marche forcée et au 3 miles course, et 4e au mile course (cat. seniors).

« Il y a très peu de compétitions organisées pour les vétérans au Québec, car ils n'ont pas d'organisation. Conséquemment, leur amour pour la compétition les oblige à participer aux courses des seniors. Faire des courses pour un vétéran, c'est un défi lancé à lui-même, aux jeunes coureurs et surtout aux journalistes impitoyables, pour prouver qu'il a des possibilités sportives qui en surprennent un bon nombre. Même en étant vétéran, après chaque entraînement ou course, on éprouve le bien-être physique de la désintoxication du système cardiaque et respiratoire. Un vétéran ressent le besoin de l'effort, nécessaire pour se sentir plus de vitalité. Les entraîneurs ne croient pas aux vétérans car ils ne peuvent en faire des champions. Ils ne croient pas non plus à l'athlétisme pour la masse. En février 1972, Don Farquharson a mis sur pied le Canadian Masters' International Track Team, composé des meilleurs athlètes vétérans qu'il connaissait, en vue de la compétition internationale. C'est le premier effort fait au Canada pour amener les « 40 ans et plus » à se grouper sur le plan national. Les vétérans québécois sont favorables à cette initiative ; ils espèrent en voir l'expansion et recevoir un véritable encouragement sur le plan national. »

Peter Quance, un juvénile

Peter Quance (sa photo a paru dans le numéro 6 de SPIRIDON) est né en 1955. Membre du Verdun Legion

1 Masters : « 40 ans et plus ».

Track Club, il est entraîné par Ken Mc Gowan. L'an dernier, il a remporté en cross-country aussi bien le championnat québécois que le championnat national en catégorie juvéniles, sur une distance de 6000 m dans les deux cas.

Ses meilleures performances : 4'06" sur 1500 m (mars 1972), 14'53"8 sur 5000 m et 4'20"6 sur 1500 steeple (août 1972). Aux championnats de l'Est du Canada, il s'est classé 2e sur 1500 m steeple et 2e sur 3000 m.

Peter, qui étudie les arts (spécialité : l'histoire), a commencé à courir au niveau scolaire, à 12 ans. Il aimerait participer à des rencontres nationales et souhaite qu'il y ait au moins une piste intérieure à Montréal. Il désire surtout qu'on organise davantage de courses sur route et de cross-country.

— Qu'est pour toi ton entraîneur, Ken McGowan ?

— C'est lui qui m'a guidé vers un entraînement intensif. Il m'inscrit dans les différentes compétitions et surtout il me donne des conseils quand je suis blessé. Mais en ce qui concerne mon entraînement journalier, je décide moi-même.

— Quel est cet entraînement ?

— Je m'entraîne selon la méthode de Lydiard. Mon entraînement de base consiste en de longues courses sur route (20 km en moyenne) 5 à 6 fois par semaine au commencement de chaque saison. Au printemps, plus de courses sur route ; en été 3-4 fois par semaine sur piste pour faire du fractionné long. En automne et en hiver, plus de courses sur route. Pendant la période scolaire, je monte et descends les marches du CEGEP pendant 40 minutes 2 à 3 fois par semaine ; mais alors je ne fais pas de travail sur piste faute d'endroits qui conviennent. (Propos recueillis par Gabriel Duguay)

On peut obtenir les 6 premiers numéros de SPIRIDON au prix de 4 francs suisses par numéro (box 257, 4005 Bâle, Suisse).

Le jupon qui dépasse

(...) Il a fallu l'exemple de Denver pour qu'on pense même à exiger un référendum sur la tenue des Jeux Olympiques. (...) Il est pourtant inconcevable que l'on ne consulte pas, que l'on refuse de consulter ceux qui les paieront, sinon sur la tenue des Jeux, du moins sur leur ampleur, leur coût et le mode de paiement. L'olympisme vaut-il que l'on trompe, que l'on cache, que l'on mente ? (...)

Cacher les faits, c'est bien ce que fait monsieur le maire chaque fois qu'on l'interroge sur le coût des Jeux. La première fois, il a hasardé le chiffre de dix à quinze millions. Voyant qu'on ne riait pas, il a affirmé ensuite que les Jeux ne coûteraient rien ! Comme l'Exposition et Terre des Hommes sans doute. Cet hiver, il en est à 120 millions. (...) On s'achemine allègrement vers les 600 millions dont parle le nouveau maire de Toronto.

Six cent millions : le coût de la rénovation de cent mille logements. Cinq cent dollars par Montréalais.

M. Drapeau n'est pas dupe. Tout en continuant à affirmer qu'il n'en coûtera rien, il s'agite sur les tribunes, parle d'impôt municipal, lorgne vers les « surplus d'Ottawa », exige une redistribution de l'assiette fiscale. Et quand il ajoute que « les Jeux seront un important facteur d'unité au Canada », on voit enfin le jupon qui dépasse.

Faut-il dire non aux Jeux ? Certains parlent de les abolir. La grande « fraternité » en a pris un coup à Munich quand les 9000 athlètes sont allés s'entraîner au lieu de se masser en signe de solidarité devant la résidence de leurs collègues israéliens. Au-delà du

chauvinisme, du mercantilisme, du militarisme de cette néo-liturgie, on retrouve la beauté du geste physique, l'hommage à l'excellence et un encouragement que ne sauraient donner seules les bedaines qui nous administrent.

(...) Aux athlètes, il ne faut que pistes et terrains. Ce sont les stades et les estrades qui coûtent cher. (...) Qui trouverait-on de toutes façons dans ces gradins : des ouvriers, des cols blancs, des employés municipaux ? Combien de Montréalais ? (...) Comme l'hydrogène, l'argent a un pouvoir ascensionnel redoutable : les Jeux, comme les expositions, sont des moyens de transférer les sous des bas de laine aux comptes en Suisse. Pour M. Drapeau, ils sont un podium de six cent millions de dollars. Et tant qu'à se passer des stades, pourquoi ne pas aussi se passer de village olympique en laissant les athlètes chacun chez soi, confiant à la télévision le soin de les regrouper sur le village planétaire du petit écran.

L'opération aurait l'avantage d'éviter la fouille à l'hôtel, dans la rue, au guichet des stades, parce qu'après Munich, il faut s'attendre à cela aussi. Nous éviterions enfin de situer et de dessiner le logement des économiquement faibles de la prochaine décennie en fonction des exigences et des besoins des athlètes biélorussiens ou népalais, d'organiser notre vie et de planifier nos investissements des dix prochaines années en fonction d'un « show » de deux semaines, auquel nous ne pourrions même pas assister. (...)

Jean Paré, « Le MacLean », Montréal, février 1973.

Ces blessures qui vous guettent (II)

par le docteur van Aaken

Dans le numéro précédent, nous avons abordé le cas de l'inflammation du tendon d'Achille. Nous avons notamment parlé de l'« Infiltrina DMSO », un médicament qu'on ne saurait appliquer les yeux fermés.

D'autres produits se sont avérés eux aussi efficaces en cas de blessures des genoux et de périostites : le Dolorsan, l'huile de Rubriment, la pommade de pergale, la pommade Arthrosénex, de même que des bains partiels ou complets additionnés de Pernionine. Le Dolorsan et l'huile de Rubriment, par exemple, peuvent être appliqués par simple massage manuel. Il faut ensuite se laver soigneusement les mains, afin d'éviter tout contact du produit avec les yeux et le visage. A partir d'un certain âge, les coureurs ont tendance à souffrir de douleurs aux genoux ; ils pourront appliquer le Dolorsan immédiatement avant une épreuve, car ce produit pénètre rapidement à travers la peau. On peut aussi masser légèrement le **tendon d'Achille** au moyen de la pommade ; et, à l'aide d'un bandage, la laisser appliquée pour la nuit.

On aura soin de faire chaque jour en chambre, des exercices de pas de course, pieds nus, et si possible sur un tapis moelleux, cela durant plusieurs minutes. Le matin au lever, la douleur est souvent assez vive. Cependant, avant de renoncer à ces exercices, il sera bon de prendre un bain de pieds très chauds, et de frictionner vigoureusement, au moyen d'une brosse, l'endroit douloureux.

A une température d'environ 45 degrés et pour une solution de 5 litres d'eau pour 1 kg de sel de cuisine, ces bains de pied seront pris matin et soir durant environ 10 minutes. Ils ont pour effet d'accélérer considérablement la circulation du sang. L'exposition à des rayons n'est guère efficace, un véritable massage est strictement interdit et des injections vivement déconseillées. En effet, **ce que le tendon ou le muscle ne peut donner de lui-même, une injection ne le pourra pas non plus.** Bien au contraire, cela risquera tout au plus d'endommager les tissus par dissociation des fibres, et d'ôter à l'organisme — en l'engourdissant — une part de ce self-contrôle que la douleur lui garantit dans une certaine mesure. Cela vaut aussi pour toutes les formes d'injections qui peuvent être administrées dans les muscles du mollet ou de la cuisse, et qui sont à proscrire, tout particulièrement avant une épreuve.

L'inflammation du tendon d'Achille peut persister assez longtemps puisqu'ordinairement elle ne disparaît que grâce à une croissance des tissus, qui détermine elle-même un épaississement du tendon. Lorsque vous aurez remarqué que la douleur disparaît après les bains de pieds ou le footing en chambre, continuez les mouvements sur le gazon : faites alors alterner des

200 m parcourus très lentement, avec des 200 m au pas. Si, au bout de 10 jours peut-être, vous parvenez à supporter cet exercice sur la distance totale de plusieurs km, augmentez progressivement cette distance, mais sans abandonner les exercices de gymnastique, les compresses, les pommades et les bains de pieds. Vous aurez soin d'éviter par contre les jeux de balle, la course sur route ou tous mouvements brusques, tels que sprints ou sauts. Je sais par expérience que même dans les cas d'inflammation aiguë du tendon d'Achille, on réussit à s'adonner de cette façon à un entraînement relatif, et à **sauvegarder du même coup une partie de la forme** tout en favorisant une rapide régénérescence des tissus du tendon.

On procédera de même pour soigner les claquages des muscles des jambes, même s'il y a un important épanchement de sang. Cela ne concerne toutefois pas les blessures du genou. Il est assez rare qu'un coureur à pied, à l'instar d'un footballeur ou d'un sauteur, souffre de **blessures du ménisque**. Mais si cela se produisait malgré tout, il faudrait arrêter immédiatement l'entraînement et consulter un spécialiste. Lorsqu'une intervention chirurgicale s'avère inévitable, autant la pratiquer aussitôt, afin que les ligaments n'aient pas trop à souffrir de l'épanchement de sang et que le fonctionnement de l'articulation ne soit pas trop longtemps entravé. Il va de soi qu'une blessure grave du ménisque nécessite presque forcément l'intervention du chirurgien. Mais le coureur devrait aussi parvenir à déterminer par lui-même ce qu'il peut encore exiger du genou blessé, telle blessure du ménisque n'étant pas identique à telle autre. Comme ce genre de traumatisme a des effets variables selon les cas, il est nécessaire de se fier chaque fois à un diagnostic nouveau et particulier. En effet, il arrive encore trop souvent qu'une simple douleur des ligaments, sans épanchement de sang (blessure tout simplement due à une sollicitation exagérée), soit assimilée à une blessure du ménisque. En pareil cas, il faut bien rappeler qu'une fonction maintenue — même si les mouvements sont très lents et très faibles — vaut bien mieux qu'une immobilisation totale. Et tant en qualité d'entraîneur que de coureur, **je déconseille donc formellement de plâtrer le genou.**

S'il n'y a pas épanchement de sang, toute blessure du genou nécessite un traitement actif au bout de 1-2 jours seulement d'immobilisation complète. Notons que l'application de compresses humides, de pommades, l'exposition à des rayons, divers exercices de flexion, de même que des massages pratiqués par un masseur au toucher très affiné, ont également fait leurs preuves. Toutefois, tout cela ne remplacera jamais le mouvement naturel de l'articulation. A

mon avis, deux exercices conviennent tout particulièrement ici :

1. le footing en terrain plat
2. le cyclisme.

Quoi qu'il en soit, les douleurs du genou ne doivent pas inciter à l'inaction. On remarque d'ailleurs qu'après 3-4 km de footing, les douleurs les plus vives disparaissent parfois tout à coup, comme par enchantement. Pourtant, le plus souvent elles diminuent progressivement, permettant de courir à peu près normalement. La partie est alors gagnée... ou presque ! Je souhaite fermement qu'orthopédistes, chirurgiens et autres spécialistes ne prennent pas ces conseils à la légère. J'affirme moi-même que jamais je n'aurais pu courir jusqu'à 62 ans si je ne m'en étais pas tenu strictement à ces principes. Et cela concerne également des centaines de sportifs auxquels je les ai appliqués.

Un seul exemple : au sommet de sa carrière, Herbert Schade (3^e du 5000 m des Jeux d'Hel-

sinki, derrière Zatopek et Mimoun) fut brutalement stoppé par d'intenses douleurs au genou. Et il allait devoir subir une intervention chirurgicale pratiquée par un professeur en renom. Malgré cette référence, je lui déconseillai cette opération, l'encourageant à favoriser la guérison — plus lentement peut-être, mais plus sûrement — par un mouvement fonctionnel. Schade ne déclina pas ma proposition. Après des moments très pénibles survint l'amélioration espérée, et Schade réussit à mener à terme sa brillante carrière sans intervention chirurgicale.

Il faut donc affirmer qu'à l'exception de celles où le ménisque est gravement touché, ou celles qui ont pour cause une déchirure des ligaments, toutes les blessures du genou peuvent être guéries grâce à l'exercice d'un mouvement fonctionnel. Au contraire, l'articulation du genou souffrira d'une inaction. (à suivre)

(d'après une traduction d'Yves Jeannotat)

Courrier

Jacques Lubet, 16, place Canteloup, 33 Bordeaux (France)

Je tiens à te dire tout le bien que je ressens à la lecture de cette revue qui ne me déçoit en rien tant je suis étonné, car en France il est très difficile d'être informé sur les compétitions pour coureurs de fond, ainsi que sur leur entraînement.

De plus, la revue possède des articles d'une très noble humanité et humilité, ce qui ne la dépare en rien, bien au contraire.

Pour les classements, je trouve que vous adoptez une très bonne voie en publiant ceux-ci jusqu'à des places et temps assez éloignés du premier. Cela ne peut qu'encourager un athlète, si modeste soit-il. Et cela permet de percevoir qu'en nos pays respectifs la réserve de coureurs de fond n'est pas négligeable.

Je n'ai pu participer aux 100 km de Millau, une tendinite au genou m'ayant contraint à stopper tout entraînement durant deux mois. Ainsi, après l'inefficacité des séances de rayons infra-rouges et de massages, je me suis dirigé vers un acupuncteur. Là, une seule séance m'a suffi, trois jours après je reprenais mon entraînement normal. (...)

Dominique Nallard, 17, avenue Chabaud-Latour, 25 Montbéliard (France)

Il existe en France une course alpestre qui se dispute le 3^e dimanche de juillet de chaque année. Elle part et elle arrive à Voiron, à 20 km de Grenoble. Cette épreuve s'appelle le « Circuit de la Lure ». Départ à l'altitude de 180 m. Passage de trois cols (point culminant : col de la Vache, à 1800 m). Points de contrôle et stands de ravitaillement très bien organisés en pleine montagne. Départ à 6 heures du matin : 11 km de marche en montée presque continue (macadam) ; puis parcours libre de 24 km en terrains divers (champs, chemins de forêt, sentiers de chèvres avec fortes pentes). Une fois au sommet du col de la Vache, descente sur 15 km, dont 4 km en cascades continues parmi les rochers et les pierriers, et 11 km de route asphaltée, qui vire sans arrêt à travers une épaisse forêt. A St-Laurent-du-Pont (là où 140 jeunes périrent brûlés dans un dancing), centrale de ravitaillement et séance de massage des jambes. Puis étape finale de 17 km à la marche : dans cette portion, les marcheurs font le maximum pour revenir sur les coureurs à pied. L'an dernier, c'est d'ailleurs le Suisse Badel qui a gagné devant un

Israélien sélectionné pour Munich, 3^e Hennebois du CA Montreuil. Le premier coureur à pied était 4^e. J'ai personnellement terminé 11^e, les 52 km en 5 h. 10 mn (il y a aussi un classement par équipes de 3 hommes). Organisation impeccable du départ à l'arrivée. Et pour moi une expérience formidable. Tous renseignements auprès de M. Jacques Lesimple, 9, rue George-Sand, 38500 Voiron, France.

Francis Guillermo, cité Aiguelongue, bloc 1, appart. 9, 34000 Montpellier (France)

Permettez-moi de vous féliciter pour la haute tenue de notre journal : bravo les gars ! L'on y trouve des articles formidables, surtout sur les différentes méthodes d'entraînement. Car je pense que nous commettons tous des erreurs, tout cela parce que nous n'avons pas d'entraîneur compétent, ou ne serait-ce qu'un conseiller. Tout cela parce que le grand fond était pratiquement inexistant dans notre « Ligue du Languedoc » (...)

J.C. Moulin et J.P. Begnatborde, Evell Mendois, Café de la Paix, 48000 Mende (France)

(...) Nous organisons à Mende des courses sur route depuis maintenant cinq ans. Quelques Mendois la première année, 77 participants en 1972. Le G.P. de la ville de Mende a l'ambition de réunir plusieurs centaines de concurrents dans les années à venir. Nous ferons ce qu'il faudra pour cela, et nous espérons que les participants à cette épreuve sauront nous rendre la confiance et l'amitié que nous leur portons.

La Lozère est un pays perdu. Sur le plan économique, c'est un désastre. Sur le plan touristique et sportif, c'est une ressource, et une ressource que nous devons exploiter, parce que justement nous aimons la Lozère et parce que nous aimons la course à pied. Cela d'ailleurs doit vous être évident car pour se complaire dans le rôle d'organisateur et ranger ses pointes le jour où les copains viennent courir chez vous, il faut être sacrément mordu.

Pour en revenir à nos manifestations, elles s'articulent autour de deux épreuves maîtresses (v. annonce).

(...) A côté de cela, un certain nombre d'autres courses à Mende ou dans un rayon de 50 km (St-Chély, Laguiolle, Florac, Millau) permettent aux néophytes de s'essayer à la course à pied.

(...) Comme chaque année, nous nous lançons dans cette aventure sans un sou, et tout ce que nous pouvons recueillir auprès des commerçants mendois ou des élus locaux nous permet à peine de boucler le budget (...)

Denis Dugast, 5, rue Jules-César, 75012 Paris 12e

(...) Un groupe d'amis que nous formions depuis longtemps s'est réuni pour discuter de la création d'une petite revue sur la marche. Notre journal (...) s'adressera à tous ceux qui s'intéressent à ce sport. C'est donc à eux d'élargir l'audience de leur journal.

Je ne cache pas qu'inconsciemment SPIRIDON nous a inspirés. Ce qu'un groupe de pratiquants coureurs, animés par la même passion, avait réussi, cela pouvait être possible dans le domaine de la marche. Car finalement, si notre spécialité est souvent boudée, elle compte tout de même de plus en plus d'adeptes, et au niveau international des garçons comme Frenkel (20 km) et Kannenberg (50 km) ont démontré au monde sportif qu'il fallait être un athlète complet pour gagner un titre olympique des 20 km marche en moins de 1 h. 30 et des 50 km en moins de 4 heures.

Nous sommes persuadés que la marche souffre d'un manque d'informations. Au niveau de la masse, c'est évident. Combien de garçons feraient d'excellents spécialistes et auraient des résultats internationaux ! Je suis persuadé que certains individus sont faits pour être coureurs à pied, d'autres pour être perchistes... et d'autres pour être marcheurs. Encore faut-il le leur permettre.

(...) Notre journal s'appelle « Le Marcheur » (rédaction: Claude Facquet, 4, rue Georges Huchon, 94300 Vincennes, France). Nous espérons qu'il sera un lien entre tous les pratiquants. (...)

Mine de rien, du moins pour ceux qui comme moi n'ont pas eu le souci d'allaiter, de langer, de pouponner, le nouveau-né arrive à son premier anniversaire. Si l'on en croit l'abonné du numéro 6, il est sur le point de faire ses premiers pas tout seul. Oui, bien sûr, il titubera encore un peu, je pense à quelques défections au moment des réabonnements. Pourtant, j'ai confiance. Ce serait à désespérer si en ces temps de consommation à outrance et d'énormes gaspillages, des sportifs étaient incapables de faire un choix. L'abonnement annuel est le prix d'un modeste gueleton. Pour ce qu'on en retire, je refuse la comparaison !

Maurice Coquoz

Wilhelm Gengenbach, 44, rue Pierre-Nicole, 75005 Paris

J'ai relevé avec un intérêt amusé une sorte de polémique entre M. Guittard et la rédaction de SPIRIDON, et cela à propos des 100 km de Millau. Donc polémiques !! Je donnerais plutôt raison à M. Guittard et taxerais SPIRIDON soit de mauvaise foi, soit de mauvaise volonté. En tout cas d'un esprit très peu coopératif en l'occasion.

Je ne voudrais comme exemple que la publication du classement de cette course. On publie jusqu'au 15e concurrent, puis pour clore l'on cite entre le 15e et le 36e classé uniquement le 23e, parce que c'est un Suisse de Zurich. Allons, c'est quoi, ça ? (C'est... le gars qui nous avait adressé le classement de l'épreuve. N.T.)

Si cela ne s'appelle pas du parti pris dans le sens du régionalisme ou autre foutaise relevant de l'esprit borné, et bien je veux bien passer pour un demeuré.

Ce n'est pas tout. Je ferais les plus extrêmes réserves sur l'éthique de certains articles, notamment des éditoriaux. Nous autres, coureurs ex-déportés, n'apprécions nullement les citations et évocations qu'elles soient du sieur Montherlant qui s'était fâcheusement compromis avec les Hitlériens dans les années 40. D'autre part, toute son œuvre littéraire est des plus discutables, ne serait-ce qu'à cause d'une certaine morale qui se dégage et qui pour celui qui sait comprendre a une teinte de fond de mépris, notamment de la femme et de l'être humain en général, cultivant exclusivement la fraternité entre des forts d'une espèce proche de celle qui fut l'idéal des Hitlériens.

Comme vous voyez, je ne mâche pas mes mots et ne chante pas à l'unisson avec la plupart de vos correspondants. (...) Voilà un point de vue peu coutumier, un son de cloche inhabituel qui va entrer dans votre salle de rédaction où l'on est au ton feutré et chuchoté lorsqu'il s'agit de l'homme global dans son univers rude et imputoyable. (...)

Jacques Peters, 6, rue Franchetti, 94 Bry-sur-Marne (France)

Ayant pris contact avec votre revue par l'intermédiaire du « Cross du Figaro » où elle était présente, je peux vous dire que son petit format cache là ce que bien des gros volumes ne pourraient jamais dire en si peu de pages, c'est-à-dire la joie, l'équilibre et le bien-être que procure la course à pied. J'ai vingt-sept ans, marié et père d'un enfant, et je peux vous faire savoir que le temps qui me reste libre entre mon travail et ma vie familiale est strictement employé pour la course à pied. J'ai commencé à courir pour perdre du poids et garder la forme que j'avais perdue par un an d'inactivité après mon mariage. Au début, le seul fait de courir 1 km me paraissait énorme, puis peu à peu la forme, ou du moins la joie de courir s'empara de moi, je fis régulièrement mes trois kilomètres trois fois par semaine. Un camarade d'enfance s'était mis également à courir et cela nous incita à courir ensemble pour voir à quel point nous étions arrivés. Le bilan est facile à établir, nous faisons en moyenne 90 km par mois, et cela au bout d'un an. Le fait de nous inscrire à un marathon nous fait un peu peur, car notre plus grande distance accomplie d'un seul tenant est de 20 km. C'est pourquoi nous désirerions connaître la liste des épreuves se courant sur une vingtaine de kilomètres, vingt-cinq au maximum, et si possible en France. (...)

C. Zeller, 4, place du Pt-Roosevelt, 95 Montmorency (France)

(...) Tous les dimanches matin, je fais une quinzaine de kilomètres dans les bois avec quelques amis, et pour rien au monde je ne renoncerais à ce plaisir de gambader dans la nature. Mon métier de pharmacien ne me permet pas de m'entraîner aussi souvent que je le voudrais, mais j'arrive quand même à courir en plus du dimanche une fois par semaine à l'heure du déjeuner. Je me contente alors d'un sandwich au retour et je suis très heureux comme ça. Tout cela pour vous dire qu'à 36 ans la course à pied me procure des joies immenses : lorsque je cours je me sens un homme libre. Si tout le monde pratiquait ce sport, il n'y aurait plus ni crise de civilisation, ni problème d'environnement, et je vendrais beaucoup moins de tranquillisants, ce qui ne serait pas un mal.

De temps en temps, pour faire le point, mes amis et moi nous nous engageons dans une compétition. Nous participons tous les ans au « Cross du Figaro » qui est une épreuve magnifique. Malheureusement unique en France.

Il faudrait que vous militiez activement pour en organiser d'autres, car nous autres, non licenciés, aimons bien en découdre plus souvent.

(...) Ce n'est pas pour l'appât de gloire, de médailles ou de récompenses que nous réclamons cela, car notre valeur athlétique est très modeste, mais pour le plaisir de participer à des compétitions de temps en temps, pour voir où nous en sommes par rapport à nous-mêmes.

International Kampioenschap CROSS COUNTRY 1973 Waregem (België)

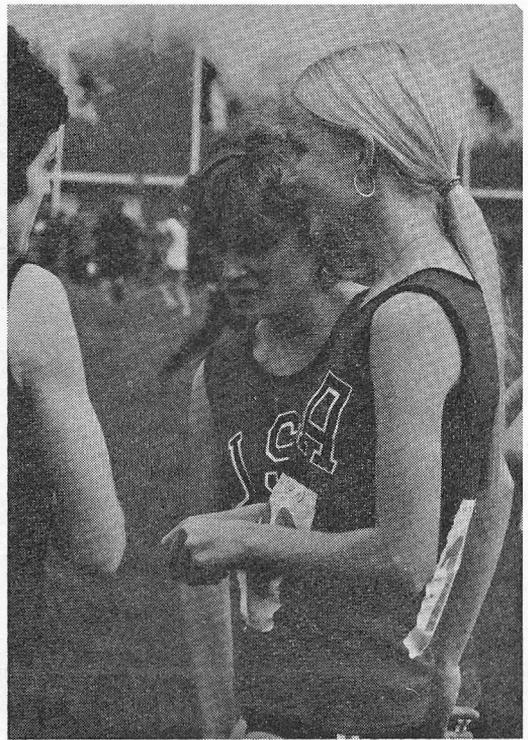
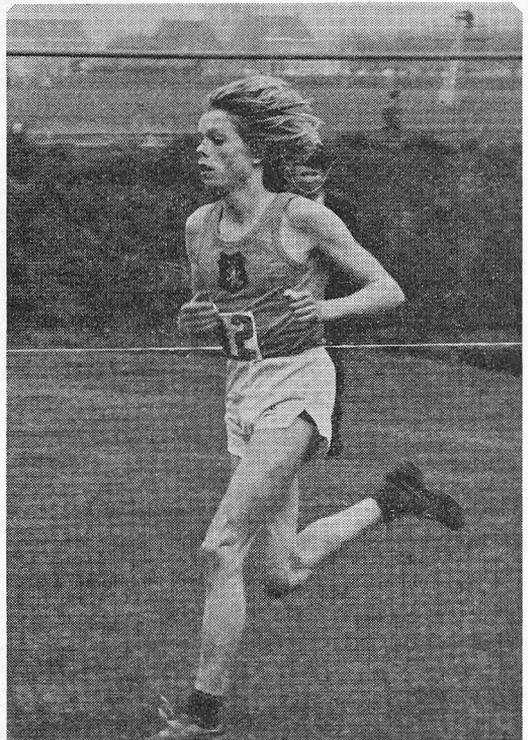
En haut à droite : celui qu'on regarde d'un œil distrait : le dernier, ici le junior hollandais PEET-JAN VAN ZIJL.

En haut à gauche : l'Allemande CHRISTEL ROSENTHAL (54), la Finlandaise IRJA PETTINEN (32) et la Suissesse MARIJKE MOSER (108), qui a perdu une chaussure.

En bas à droite : Qui disait que « 4 km c'est beaucoup trop pour une fille ? » Certainement pas la blonde Américaine VALERIE EBERLY, photographiée ici quelques minutes à peine après son arrivée.

En bas à gauche : le Finlandais PÄIVÄRINTA (43) est déjà en tête, suivi de l'Irlandais CUSACK (qu'un incident extérieur va contraindre à abandonner), de l'Espagnol HARO (166), du Belge POLLEUNIS (226), du Néo-Zélandais DIXON (116) et du Français TIJOU.

(Photos SPIRIDON - Tamini)



Classements

Rectification

Panorama belge (1500 m)
R. Vacquès (Brugge) 3:50,9

Cross-country

12 km, Leicester, GB, 20 janvier

Championnat inter-comtés

1. F. Briscoe	37:24
2. R. Clark	37:28
3. B. Ford	37:32
4. Grenv. Tuck	37:43
5. S. Kenyon	37:46
6. M. Baxter	37:48
7. A. Simmons	37:51
8. J. Goater	37:53
9. C. Kirkham	37:55
10. D. Fowles	37:57
12. Gra. Tuck	38:06
15. M. Freary	38:12
18. M. Turner	38:18
23. R. Holt	38:30
24. A. Rushmer	38:30
36. K. Rollason	38:41
43. J. Alder	38:47
65. D. Faircloth	39:17
66. J. Kirkbride	39:19
85. D. Holt	39:46

plus de 300 classés ("A. Weekly")

10,2 km, Elgoibar, E, 21 janvier

1. M. Haro	30:40
2. A. Salgado	31:00
3. Benabdeslem, Maroc	31:18
4. F. Aguilar	31:24
5. Chenna, Maroc	31:36
6. Garcia Caro	31:37
7. I. Gilmore, Ecosse	31:44
8. Ben Baraka, Maroc	31:47
9. J. Myatt, Ecosse	31:58
10. Morera	32:23

Juniors (6,6 km)

1. Cerrada	19:54
2. Zhouiri, Maroc (Puig)	20:09

11,3 km, Chartres, F, 28 janvier

Juniors (6 km), 54 classés

1. Bessières, Châtillon	19:20
2. Coufourier, Nantes	20:37
3. Charron, Vittel	21:05
4. Akriche, Mongeron	21:16
5. Coffineau, Vanves	21:24

Féminines (3,5 km), 26 classées

1. Keizer, NL	13:01
2. De Lange, NL	13:01
3. Papelard, Vanves	13:35
4. Navarro, Blois	13:52
5. Rieuf, Vendôme	14:49

Seniors

1. Roelants, Belgique	36:11
2. Tijou, Epinal	36:53
3. Alder, Ecosse	37:12
4. Frähmke, RFA	37:18
5. Cairoche, ASPP	37:25
6. Keddar, Clermont F.	37:32
7. Maier, RFA	37:35
8. Moser, Suisse	38:00
9. Evans, GB	38:17
10. Cherrier, S. Vanves	38:26
11. Bicourt, Angleterre	
12. Borowski, Vittel	

13. Schüll, Suisse	
14. Wight, Ecosse	
15. Martin, S. Vanves	
16. Colas, LUCE	
17. Gunstone, Ecosse	
18. Minnig, Suisse	
19. Labesse, Vanves	
20. Hérisseau, ESM	39:40
21. Blackburn, Angleterre	
24. Wagner, RFA	
27. Villain, France	
28. Mimoun, France	
104 classés	

10 km, San Sebastian, E, 28 janvier

1. Bedford, Angleterre	33:15
2. Morrison, Ecosse	33:30
3. Jourdan, France	33:34
4. Liardet, France	33:34
5. Hígalgo, Espagne	33:38
6. Yifter, Ethiopie	33:44
7. Schots, Belgique	33:44
8. Bouguerra, Tunisie	33:45
9. Ben Abdeslam, Maroc	33:48
10. Gude, Espagne	33:54
11. De la Parte, Espagne	33:59
12. Nystad, Norvège	34:02
13. Rombaux, Belgique	34:09
14. Chenna, Maroc	34:10
15. F. Caytan, Espagne	34:20
16. Van Holbeek, Belgique	34:24
17. Wedlock, Ecosse	34:28
18. Veld, Pays-Bas	34:29
19. Uhlemann, Allemagne	34:31
20. Vonk, Pays-Bas	34:32
21. Blamire, Ecosse	34:33
22. Hannachi, Tunisie	34:41
23. Garforth, Angleterre	34:41

Juniors (6,5 km)

1. Brown, Ecosse	21:17
2. Fava, Italie	21:19
3. J. Haro, Espagne	21:25
4. Goates, Angleterre	21:36
5. Cerrada, Espagne	21:43

Féminines (2,2 km)

1. Vande Kerkhof, Pays-Bas	8:02
2. Azpeitia, Espagne	8:08
3. Valero, Espagne	8:08
4. Ranz, Allemagne	8:15
5. Boyle, Ecosse (Puig)	8:18

8 km, Mol, B, 28 janvier

1. W. Polleunis, Leuven	24:12
2. Krogman, Afr. du Sud	24:15
3. Briscoe, GB	24:17
4. Simmons, GB	24:20
5. Keyser, Afr. du Sud	
6. Bonzet, Afr. du Sud	
7. Baxter, GB	
8. G. Heleven, Hasselt	
9. Mamabola, Afrique du Sud	
10. F. Wauters, Brasschaat	

9 km, Hannut, B, 4 février

Seniors

1. Vanderhoeven, Tildonck	26:02
2. Depauw, Dilbeek	26:10
3. Van Notem, Wespelaar	26:31
4. R. Lismont, Liège	26:40
5. Van Roy, Lommel	26:42
6. Vanderhoeven, Tildonck	26:46
7. Nuyts, Looi	26:52
8. Vanderstraeten, Gantoise	26:54
9. Hendrinckx, Lommel	26:56
10. Moreaux, Lorraine	26:58

Critérium des AS, 47 classés

1. E. Puttemans, Leuven	24:10
2. W. Polleunis, Leuven	24:44
3. P. Thys, Boechout	24:57

4. E. Van Mullem, Leuven	24:59
5. D. Black, GB	25:04
6. K. Lismont, Liège	25:06
7. K. Keyser, Afr. du Sud	25:14
8. L. Schots, Liège	25:24
9. E. Rombaux, Blankenberge	25:28
10. G. Heleven, Hasselt	25:30
11. Blinston, Angleterre	
12. Titus, Afrique du Sud	
13. Frähmke, RFA	
14. Salvé, Liège	
15. Schoofs, Liège	
16. Bonzet, Afrique du Sud	
17. Will, RFA	
18. Scharn, Pays-Bas	
19. Leibold, RFA	
20. Hanssen, Overijssel	
24. Johnston, Ixelles/GB	
25. Wagner, RFA	
26. Kruger, RFA	
29. Kolbeck, France (Gyselincq) (Liègeois)	

9 km, Smeerebbe-Vloerzegem, B, 4.2.

1. G. Roelants, Leuven	25:20
2. E. Gyselincq, Vlierzele	25:40
3. A. Van Holsbeeck, Anderl.	26:00
4. R. Vergauew, Aalter	
5. P. De Freyne, Vlierzele	
6. G. Maesschalck, Vlierzele	
7. M. Heymans, Denderleeuw	
8. A. Haak, Vlierzele	
9. J. Van der Eecken, Ninove	
10. F. Verdickt, Vlierzele	
95 classés (Gyselincq)	

8,5 km, Genève (SATUS), 11 février

Critérium des AS, 27 classés

1. E. Lesse, RDA	24:45
2. J. Jansky, CSSR	25:24
3. R. Bitte, URSS	25:27
4. Suchan, CSSR	25:30
5. P. Penkava, CSSR	25:33
6. R. Schwert, RDA	25:37
7. W. Cierpinski, RDA	25:41
8. A. Morosov, URSS	25:43
9. S. Hoffman, CSSR	25:47
10. A. Moser, Suisse	26:04
11. J.-P. Berset, Suisse	26:11
12. H. Menet, Suisse	26:14
13. H. Lang, Suisse	26:25
14. O. Pfeffer, Hongrie	26:25
15. L. Mecser, Hongrie	26:29
16. F. Wauters, Belgique	26:30
17. J. Fährdrich, Suisse	
18. H. Dähler, Suisse	
19. M. Zvonicek, CSSR	
20. F. Szekeres, Hongrie	

Juniors (4,5 km), 22 classés

1. Zatousky, URSS	14:50
2. Krainov, URSS	14:50
3. Vifian, Suisse	15:10
4. Ryffel, Suisse	15:31
5. Lafranchi, Suisse	15:42
6. Grunder, Gerne	15:55
7. Wey, Suisse	15:57
8. Frey, Lucerne	16:04
9. Schmocker, Suisse	16:17
10. Balmer, Genève	16:20
11. Oppliger, Courtelary	16:31
12. Amez-Droz, Courtelary	16:41
13. Vetter, Sierre	16:46
14. Zosso, Fribourg	16:58
15. Genolet, Sierre	17:19

Course B (7,5 km), 67 classés

1. Benfarès, Paris	23:39
2. Schaller, Lausanne S.	23:47
3. Spirgi, CA Genève	23:57
4. Berthelémy, Paris	24:22
5. Baudet, Ch. Bougeries	24:04

Championnats nationaux

6. Abric, Paris - 7. Longden, Genève
8. Sochard, Malakoff - 9. Margot, Genève - 10. Vogt, Genève - 11. Wiederkehr, Reinach - 12. Moulin, Paris - 13. Springer, Reinach - 14. Vetter, Sierre - 15. Vergne, Genève - 16. Hejda, Fribourg

8 km, Taradeau, F, 18 février

1. Roelants, Belgique	23:46
2. Moser, Suisse	24:52
3. Liardet, Aix-les-Bains	25:01
4. Keddar (C. Ferrand)	25:08
5. C. Stewart (GB)	25:56
6. Louvet (Vitrolles)	26:04
7. Taiebi (Vitrolles)	26:27
8. Refray (Marseille)	27:02
9. Verney (Marseille)	27:09
10. Fossat (S. Laurentin)	27:38

90 classés

Féminines (3 km), 26 classées	
1. Moser, Suisse	10:33
2. Tiraby, Nice	11:55

9 km, Poperinge, B, 25 février

1. E. Gyselincq, Vlierzele	
2. E. Rombaux, Blankenberge	
3. K. Lismont, Liège	
4. A. Van Holsbeek, Anderlecht	
5. E. Van Butsele, Herentals	
6. W. Van Rensterghem, Vorst	
7. G. Desmet, Waregem	
8. R. Dewancker, Kortrijk	
9. J. Boute, Kortrijk	
10. R. De Saever, Ronse	

46 classés (Gyselincq)

9 km, Geraardsbergen, B, 18 février

1. E. Gyselincq, Vlierzele	29:14,3
2. A. Ornelis, Ajax Gent	29:26,6
3. E. De Beck, Gent	
4. M. Stevens, Gent	
5. H. Mignon, Geraardsbergen	
6. J. Reveyn, Oudenaarde	
7. R. Vergauwe, Halestra Aalter	
8. P. De Freyne, Vlierzele	
9. G. Maesschalck, Vlierzele	
10. G. Van Laere, Ajax Gent	
11. A. Verhé, Ajax Gent	
12. E. Verstraeten, Gent	
13. V. Philips, Lebbeke	
14. De Roo, Gent	
15. G. Van Dorpe, Gent	

143 classés (Gyselincq)

12 km, Legnano, I, 25 février

1. Juan Hidalgo, Espagne	39:45
2. Renato Martini	40:15
3. Giuseppe Gindolo	40:29
4. Gaetano Pusterla	40:32
5. Daniel Korica, Yougosl.	40:38
6. Brunello Bertolin	40:47
7. Francesco Amante	40:52
8. Umberto Risi	41:01
9. Gabriele Barbaro	41:03
10. Hans Menet, Suisse	41:04
11. Mario Binato	41:05
12. Andjelov Milisav, Youg.	41:09
13. Fortunato Tota	41:14
14. Panta Maksimovic, Youg.	41:26
15. Franco Arese	41:26
16. Josef Fährndrich, Suisse	41:27
17. Alfons Sidler, Suisse	41:29
18. Italo Tentorini	41:30

environ 150 partants (Sidler)

14 km 481, Parliament Hill, Angleterre

* R. Dixon, N.Zélande	43:42
1. D. Bedford	43:55
2. R. Clark	44:07
* E. Robertson, N.Zélande	44:24
3. A. Simmons	44:26
4. S. Kenyon	44:29
5. B. Ford	44:31
* J. Sheddan, N.Zélande	44:31
* B. Rose, N.Zélande	44:34
6. W. Robinson	44:35
7. R. Wilde	44:44
* R. Taylor, N.Zélande	44:48
8. Gren. Tuck	44:48
9. M. Beever	44:51
10. M. Baxter	44:53
11. A. Blinston	44:56
12. B. Foster	45:00
13. M. Thomas	45:05
14. P. Gilsean	45:06
15. M. Freary	45:11
16. Gra. Tuck	45:12

19. Faircloth - 21. Kirkham - 23. Rol-lason - 25. Hill (45:32) - 28. Turner - 31. D. Holt - 37. Norman - 38. Black - 39. Alder (46:06) - 40. R. Holt - 41. C. Stewart - 42. Fowler - 50. Wight (46:27) - 62. Johnston	
---	--

1195 partants, 1070 classés;
112 équipes classées

Juniors, 234 classés

1. N. Coupland	30:21
2. D. Coates	30:29
3. B. Smith	30:35

Cadets, 406 partants, 377 classés

1. R. Crabb	22:16
2. B. Moss	22:25

Féminines, 258 classées (5200 m)

1. Joyce Smith	22:10
2. Rita Ridley	22:32
3. Penny Yule	22:44
4. Carol Gould	22:47

Cadettes, 248 classées

1. F. McKenzie	10:25
2. M. Johnson	10:50

Cardiff, Pays de Galles, 24 février

1. M. Thomas	38:42
2. B. Plain	39:04
3. D. Hopkins	39:08
4. J. Jones	39:21
5. A. Ashton	39:42

60 classés

Coatbridge, Ecosse, 17 février

1. A. McKean	36:26
2. A. Weatherhead	36:44
3. L. Stewart	36:53
4. N. Morrison	36:54
5. C. Falconer	36:56
6. J. Alder	37:03
7. J. Myatt	37:08
8. I. Gilmour	37:12
9. R. Wedlock	37:15
10. A. Wight	37:43

Juniors

1. J. Brown	24:14
2. L. Spence	24:25
3. L. Reilly	24:35

Dundalk, Eire, 25 février

1. D. Walsh	37:22
2. R. Crowley	37:41
3. P. Coyle	37:42
4. D. McDaid	38:06

12 km, Waregem, Belgique

1. W. Polleunis, Leuven	37:44
2. E. Gyselincq, Vlierzele	37:58
3. K. Lismont, Liège	38:03
4. E. Debeck, Gent	38:10
5. G. Heleven, Hasselt	38:14
6. M. Smet, Bochout	38:27
7. E. Salvé, Liège	38:46
8. H. Parmentier, Hekelgem	38:52
9. J. Janssens, Lommel	38:58
10. G. Hanssens, Overijse	39:06
11. H. Leyens, Malméd	
12. H. Schoofs, Liège	
13. A. Van Holsbeek, Anderlecht	
14. P. De Pauw, Dilbeek	
15. M. Stevens, Gent	
16. O. Van Notens, Wespelaar	
17. J. Reveyn, Oudenaarde	
18. A. Van der Hoeven, Tildonk	
19. R. Lismont, Liège	
20. L. Schots, Liège	

401 inscrits, 273 classés (Gyselincq)

11,9 km, Angers, France

1. Tijou, Epinal	34:57:2
2. Liardet, AS Aix-1.-Bains	à 39"
3. Jourdan, A. Aturin	à 43"
4. Kolbeck, Strasbourg	à 52"
5. Bowberger, FC Sochaux	à 1'06"
6. Le Flohic, ASP Police	à 1'07"
7. Caraby, Petit Quevilly	à 1'16"
8. Fosse, ASPTT Rouen	à 1'21"
9. Vervoort, ASP Police	à 1'23"
10. Gomez, ASPTT Poitiers	à 1'24"
11. Le Gall (CAPA)	à 1'27"
12. Penela (Rodez)	à 1'29"
13. Cypcra, EA Chalon s/S.	à 1'31"
14. Gloaguen, PTTL	à 1'33"
15. Masselot, Douai	à 1'34"
16. Kheddar, AS Montferrand	à 1'35"
17. Gauthier (St Reims)	à 1'50"
18. Boiroux, ASPTT Paris	à 1'53"
19. Paugam, SB	à 1'55"
20. Prianon, Fontainebleau	à 1'57"
21. F. Lacour (S. Clermont)	à 2'01"
22. Dufresne (USA Lievin)	à 2'04"
23. Burnouf, ACD	à 2'08"
24. Dudouet, Dôle AC	à 2'13"
25. Schneider, ASPTT Rouen	à 2'14"

26. Cairoche - 27. Martin - 28. Fayolle - 29. Yvrai - 30. Biteau (37:26) - 31. Cacciatore - 32. L. Bordet - 33. Vettier - 34. Margerit - 35. Monnerais - 36. Marchal - 37. Géraudie - 38. J. André - 39. Deneufbourg - 40. Marguet (37:39) - 41. Leroy - 42. Martin (Melun) - 43. Roussel - 44. Lepape - 45. Delrieu - 46. Ouine - 47. Pape - 48. Masseret - 49. Nallard - 50. Rosay (37:57) - 51. Pelletreau - 52. Labesse - 53. Peronno - 54. Gribova - 55. Plichon 215 classés	
---	--

Juniors (6,9 km)

1. Lemire, SCA	21:42
2. Bessières, SCMC	à 5"
3. Oucheron, CSF	à 11"
4. Debouve, ASA	à 14"
5. Turquet, ESE	à 25"
6. Le Dimna - 7. Godard - 8. Ramaniche - 9. Catinelle - 10. Angelier - 11. Marago - 12. Izza - 13. Lefaucheur - 14. Fayot - 15. Boustères	

Féminines (4 km)

1. Audibert, CAMVN	14:34
2. Roche, SF	à 13"
3. Meliarrenne, RCF	à 22"
4. Phyllis, CSF	à 33"
5. Hérisson, VGA	à 39"
6. Nicolas, Ang.	à 42"
7. Mombet, PTT L	à 1'11"
8. Martin, FCL	à 1'22"

9. Théard, RAC N	à 1'3"
10. Mory, SR V	à 1'8"
11. Ben Mohamed - 12. Navarro - 13. Carquet - 14. Schoving - 15. Fouques - 16. Rooms - 17. Saigner - 18. Pernod - 19. Declerck - 20. Rousseau	
83 classées	

Juniors féminines (4 km)

1. Grousselle, ALS	15:32
2. Villemaine, ASM	à 22"
3. Iceaga, CSAC	à 22"
4. Guerlinger, CSP	à 27"
5. Langjau, SCA	à 31"
79 classées (Nallard + "L'Equipe")	

11,7 km, Le Mouret, Suisse

1. A. Moser, ST Bern	37:33
2. J.P. Berset, CA Belfaux	37:39
3. G. Kaiser, LS Brühl	37:44
4. J. Fährdrich, BTV Luzern	37:50
5. M. Jossen, SPIRIDON	37:58
6. A. Sidler, J9, BTV Luzern	38:02
7. M. Walti, BTV Aarau	38:03
8. R. Umberg, ST Bern	38:12
9. B. Schull, GG Bern	38:36
10. N. Minnig, CA Fribourg	38:42
11. H. Lang, TV Unterstrass	38:48
12. W. Fährdrich, BTV Luzern	38:57
13. H.U. Hürzeler, Courtepin	38:57
14. K. Bossard, Zug	39:00
15. J. Dobmann, Gettnau	39:02
16. A. Huber, LC Basel	39:14
17. F. Schneider, TV Unterstr.	39:16
18. C. Gassner, GG Chur	39:19
19. A. Rohrer, LSC Luzern	39:29
20. M. Lieberherr, GG Bern	40:04
21. H. Kunisch, ST Bern	40:05
22. C. Blum, BTV Aarau	40:17
23. U. Heim, BTV Aarau	40:21
24. F. Vuilleumier, S. Laus.	40:25
25. T. Scholl, ASV Zürich	40:31
26. R. Vogt, S. Genève	40:41
27. A. Warembourg, Hochdorf	40:47
28. Brunello Margni, Locarno	40:50
29. U. Sieber, ST Bern	41:00
30. M. Margot, S. Genève	41:05
31. J.P. Kilchenmann, CAF	41:14
32. S. Schaller, Lausanne S.	41:19
33. T. Zimmermann, GG Bern	41:25
38. J. Odermatt, Gettnau	41:48
40. F. Gysin, SC Liestal	41:50
63 classés	

Juniors (5,2 km) 49 classés

1. B. Vifian, BTV Luzern	16:34
2. H. Wey, BTV Luzern	16:53
3. M. Ryffel, ST Bern	16:54
4. B. Kuhn, Stein Baden	17:03
5. H. Suss, STV Luzern	17:05

6. Beuchat - 7. Grossenbacher - 8. Schmocker - 9. Frei - 10. Schneider - 11. Amez-Droz - 12. Grunder - 13. Bierrer - 14. Lafranchi - 15. Kleeb
--

Féminines (2,6 km), 19 classées

1. M. Moser, STV Bern	9:14
2. G. Schiess, LAC Rec ZH	9:29
3. M. Zehnder, TV Unterstrass	9:41
4. R. Messmer, S. Lausanne	9:44
5. S. Pecka, ST Bern	9:44
6. Vonlanthen - 7. Aerni - 8. Kohler - 9. Vogler - 10. Fioramonti - 11. Fries - 12. Fluehmann - 13. Mingard - 14. Herzog - 15. Devaud	

12 km, Lisbonne, Portugal

1. C. Lopes, 26 ans	36:30
2. A. Simoes, 28	36:48
3. F. Mamede, 22	37:43
4. M. Julio, 29	37:51
5. M. Oliveira, 31	37:55
46 partants (Machado)	

12 km, Gijon, Espagne

1. Mariano Haro*	42:33
2. Alvarez Salgado	43:13
3. J.M. Maiz	43:39
4. Fernandez Gaytan	44:06
5. De la Parte	44:15
6. Arcones	44:22
7. San Martin	44:53
8. Aguilar*	44:59
9. Artola	45:22
10. C. Perez*	45:35

*Haro avait déjà remporté le titre en 1962, 1963, 1968, 1969, 1971 et 1972; Aguilar en 1966 et en 1967; et le marathonien C. Perez en 1959 et en 1960.

Juniors (7,2 km)

1. Jose Haro	24:47
2. C. Miramontes	24:57
3. M. Navarro	25:12
Jose Haro est le frère de M. Haro.	

Féminines

1. M. Carmen Valero, 16 ans!	12:34
2. Belen Azpeitia	12:39
3. Consuelo Alonso	12:44
Au total plus de 1200 classés (Puig)	

12 km, Essentuki, URSS

1. R. Sharafetdinov	36:00,2
2. N. Sviridov	36:00,8
3. A. Badrankov	36:01,2
4. P. Andrejev	36:01,6

8 km

1. V. Komissarov	23:36,2
2. J. Aleksachin	23:36,8
3. A. Morosov	23:38,2

Féminines (2 km)

1. M. Istomina	6:16,6
2. L. Demtchenko	6:21,6
3. V. Vjalzeva	6:25,6

Féminines (3 km)

1. S. Vasskova	9:44,8
2. M. Tchernychova	9:54,0
3. L. Shmurova	9:57,0

11980 m, Waregem, B, 17 mars, 1^{er} Cross des Nations I.A.A.F.

Séniors (11980 m), 148 classés

1. Pekka Päivärinta, Fin	35:46,4
2. Mariano Haro, Espagne	35:46,5
3. Rodney Dixon, NZ	36:00
4. Tapio Kantanen, Fin	36:05
5. Willy Polleunis, Belg.	36:05
6. R. Clark, Angleterre	36:08
7. Juan Hidalgo, Espagne	36:12
8. Gaston Roelants, Belg.	36:13
9. Nikolai Sviridov, URSS	36:19
10. Noël Tijou, France	36:21
11. G.Tuck, Angleterre	36:24
12. Richard Taylor, NZ	36:26
13. Norman Morrison, Ecosse	36:31
14. Bryan Rose, NZ	36:38
15. Juan Robertson, NZ	36:45
16. Egbert Nijstadt, NL	36:45
17. Pavel Andreev, URSS	36:47
18. Erik de Beck, Belg.	
19. Erik Gyselinck, Belg.	
20. Abdelkader Zaddem, Tunisie	

21. Puklakov, URSS - 22. Olianitski, URSS - 23. Zotov, URSS - 24. Lopes, Port. - 25. E.Leddy, Eire - 26. Thomas, PdG - 27. Merkushev, URSS - 28. Lismont, B - 29. Kenyon, Angl. - 30. Mckean, Ecosse
--

31. Smet, B - 32. Simmons, Angl. - 33. Plain, PdG - 34. Tuominen, Fin. - 35. Cindolo, I - 36. Parte de la Cuevas, E - 37. Bouguerra, Tun. - 38. Gray, NZ - 39. Veld, NL - 40. Salvé, B
41. Liardet, F - 42. Baxter, Angl. - 43. Nikkari, Fin. - 44. Uhlemann, RFA - 45. L. Stewart, Ec. - 46. Caraby, F - 47. Suomalainen, Fin - 48. Scharn, NL - 49. Fosse, F - 50. Fowles, PdG - 51. Tiihonen, Fin - 52. Vandervansem, NL - 53. Shimonelis, URSS - 54. Healey, NZ - 55. Jones, PdG - 56. Frähmke, RFA - 57. Alder, Ec. - 58. Maiz, E - 59. Sheddin, NZ - 60. Ala-Korpi, Fin

61. Wilde, Angl. - 62. Le Flohic, F - 63. Walsh, Eire - 64. McLoughlin, Ir.N. - 65. Jourdan, F. - 66. Ben Abdeslem, Mar. - 67. McDavid, Angl. - 68. Hannachi, Tun. - 69. Coyle, Eire - 70. Robinson, Angl.
--

71. Kolbeck, F - 72. Weatherhead, Ec. - 73. Mockalov, URSS - 47. Gilmour, Ec. - 75. Beevor, Angl. - 76. Martini, I - 77. Guettaya, Tun. - 78. Arcones, E - 79. Salgado, E - 80. Veronese, I

81. Gomez, F - 82. Chenna, Mar. - 83. Myatt, Ec. - 84. O'Riordan, Eire - 85. Crowley, Eire - 86. Ford, Angl. - 87. Moser, CH - 88. Jungthul, RFA - 89. Ashton, PdG - 90. Pusterla, I
--

91. Hamdouni, Tun. - 92. Hopkins, PdG - 93. Haddou, Mar. - 94. Betz, RFA - 95. Ben Baraka, Mar. - 96. Zarcose, I - 97. Barbato, I - 98. Pannentier, B - 99. Ayachi, Tun. - 100. Hannonen, Ir.N.

104. Laitinen, Fin - 108. Pinto, Por. - 110. Bertolin, I - 112. Vervoort, F - 113. Julio, Por. - 116. Barros, Por. - 119. Simoes, Por. - 121. Vonck, NL - 123. Will, RFA - 124. Jansen, NL - 129. Binato, I - 135. Helmer, DK - 136. Aldegalega, Por. - 139. Berset, CH - 146. G. Larsen, DK
--

Classement par équipes:

1. Belgique, 109 - 2. URSS, 119 - 3. Nlle-Zélande, 136 - 4. Finlande, 180 - 5. Angleterre, 181 - 6. Espagne, 260 - 7. France, 273 - 8. Ecosse, 291 - 9. Pays de Galles, 345 - 10. Tunisie, 392 - 11. Eire, 393 - 12. Pays-Bas, 400 - 13. Italie, 474 - 14. RFA, 508 - 15. Maroc, 544 - 16. Portugal, 602 - 17. Irl. Nord, 657 - 18. Danemark, 858

Féminines (3990 m), 74 classées

1. Paola Pigni, Italie	13:45
2. Joyce Smith, Angl.	13:58
3. J. Van Santerbege, Belg.	14:01
4. Rita Ridley, Angl.	14:02
5. Sinikka Tyynela, Finlande	14:09
6. Jean Lochhead, Ec.	14:12
7. Marijke Moser, Suisse	14:13
8. Irja Pettinen, Finlande	14:14
9. Anne Garrett, N.Zélande	14:15
10. Nina Holmen, Finlande	14:16
11. A. Vandekerckhof, NL	14:20
12. Marleen Mols, Belgique	14:21
13. D. Dorio, Italie	14:22
14. Penny Yule, Angl.	14:23
15. Doris Brown, USA	14:24

16. Francie Larriue, USA	14:29
17. Mary Tracey, Eire	14:30
18. C. Rosenthal, RFA	14:32
19. Margaret Coomber, Ecosse	14:34
20. Carol Gould, Angleterre	14:35

21. Kofferschläger, RFA - 22. Foreman, Eire - 23. Banks, Angl. - 24. Robinson, NZ - 25. Valero, E - 26. Preuss, RFA - 27. Haskett, Ec. - 28. Thomson, NZ - 29. Faltz, USA - 30. Walker, USA	
---	--

31. Lynck, Eire - 32. Eberly, USA - 33. Roche, F - 34. Ranz, RFA - 35. Azpeitia, E - 36. Torello, I - 37. Braithwaite, Angl. - 38. Barrass, Ec. - 39. Van den Broeck, B - 40. McIntyre, USA	
---	--

41. Audibert, F - 42. Melchers, NZ - 43. O'Boile, Ec. - 44. Sampson, NZ - 45. McNicholl, Eire - 46. Lovisolo, I - 47. Gargano, I - 48. Bateman, Ec. - 49. Phyllis, F - 50. Koivistoinen, Fin.	
---	--

53. Meersseman, B - 54. Schenk, RFA - 56. Versluys, B - 60. Nicolas, F - 62. Van Emelen, B - 64. Sammartin, E - 65. Melliarenne, F - 67. Hérisson, F - 73. Molesky, Canada	
--	--

Classement par équipes:

1. Angleterre, 40 pts - 2. Finlande, 73 - 3. USA, 90 - 4. Italie, 96 - 5. RFA, 99 - 6. NZ, 103 - 7. Belgique, 107 - 8. Eire, 115 - 9. Ecosse, 127 - 10. Pays de Galles, 167 - 11. France, 183 - 12. Espagne, 192	
--	--

Juniors (7020 m), 55 classés

1. Jim Brown, Ecosse	20:52
2. Jose Haro, Espagne	21:00
3. Leon Schots, Belgique	21:07
4. Fava, Italie	21:15
5. Tomasini, Italie	21:27
6. Coates, Angleterre	21:27
7. Ruiz, Espagne	21:32
8. B. Smith, Angleterre	21:32
9. Cerrada, Espagne	21:45
10. Stayings, Angleterre	21:49
11. Miramontes, Espagne	21:49
12. Coopland, Angleterre	21:49
13. Bigatello, Italie	21:49
14. R. McDonald, Ecosse	21:54
15. Cherrier, France	21:58
16. Lemire, France	22:02
17. McMeekin, Ec. - 18. Jeffery, Angl. - 19. Cantoreggi, I - 20. McKormack, Eire - 21. Reilly, Ec. - 22. Vifian, CH - 23. Vandezande, B - 24. Bessières, F - 25. Beretta, I - 26. Cabral, Por. - 27. Spence, Ec. - 28. Ryffel, CH - 29. Hannon, Ir.N. - 30. Zhouri, Mar.	
31. De Smet, B - 32. R. Lismont, B - 33. Meseure, F - 37. Silva, Por. - 41. Biteau, F - 44. Nuyts, B - 50. Wey, CH	

Classement par équipes:	
1. Espagne, 18 pts - 2. Italie, 22 - 3. Angleterre, 24 - 4. Ecosse, 32 - 5. France, 55 - 6. Belgique, 57 - 7. Eire, 89 - 8. Suisse, 100 - 9. Portugal, 108 - 10. Maroc, 116 - 11. Irlande du Nord, 122 - 12. Pays-Bas, 135	

N.B. Aussitôt après le Cross des Nations, la Fédération marocaine a exclu de toute compétition (pour un an) et de l'équipe nationale (pour deux ans) les 9 coureurs d'élite, plus 2 juniors. Motif: "manque de combativité, esprit matérialiste".	
---	--

1. Espagne, 18 pts - 2. Italie, 22 - 3. Angleterre, 24 - 4. Ecosse, 32 - 5. France, 55 - 6. Belgique, 57 - 7. Eire, 89 - 8. Suisse, 100 - 9. Portugal, 108 - 10. Maroc, 116 - 11. Irlande du Nord, 122 - 12. Pays-Bas, 135	
--	--

N.B. Aussitôt après le Cross des Nations, la Fédération marocaine a exclu de toute compétition (pour un an) et de l'équipe nationale (pour deux ans) les 9 coureurs d'élite, plus 2 juniors. Motif: "manque de combativité, esprit matérialiste".

Vétérans

11 km, Faisanderie, F, 7 janvier

40-55 ans (122 classés)

1. M. Stefani, SF	40:40
2. V. Zamy, USMT	41:47
3. J.C. Manem, ASB	42:35
4. R. Garnier, USD	42:46
5. P. Rameaux, ACP	43:10
6. R. Leroy, CASG	43:32
7. A. Belkacem, VP	43:35
8. R. Mercier, CS	44:00
9. C. Sudrie, ESC	44:01
10. R. Genevois, ind.	44:21
11. R. Villeneuve, VP	44:37
12. M. Limouzi, CASG	45:03
13. V. Estival, VP	45:18
14. M. Royer, RCF	45:29
15. R. Blocier, USMT	45:52
16. J. Curty, VP	45:54
17. M. Murphy, CS	45:55
18. C. Depoix, CASG	46:17
19. R. Manguin, VP	46:18
20. J. Curvale, UAI	46:19
21. M. Lejal, ASP	46:22
22. E. Lucuron, VP	46:27
23. Y. Le Peltier, AVON	46:30
24. R. Aubron, ASB	46:38
25. M. Bourquin, VP	46:45

plus de 55 ans, 5,750 km (30 classés)

1. A. Boudier, 60 ans, ind.	24:26
2. Fougrousse, 55, CASG	24:26
3. Terras-Drouot, 57, CASG	24:33
4. A. Dupuy, Limoges	25:43
5. Lemaitre, RCF	26:49
6. Thierry, 62, CS	27:03
30. Werlet, 76, CASG (Bourquin)	38:50

6,2 km, Montereau, F, 4 février

1. H. Lucas, Vincennes A.	
2. R. Blanchard, VP	
3. A. Belkacem, VP	
4. Asselin, Montargis	
5. Ferrandi, Fontainebleau	
6. R. Villeneuve, VP	
7. J. Curty, VP	
8. R. Huet, VP	
9. R. Manguin, VP	
10. G. Gustave, Coulommiers	
36 classés (Bourquin)	

1,5 km (!), Taradeau, F, 18 février

1. Guignard, Nice	5:00
2. Tocut, Aix-en-Provence	5:09
3. Roy, Le Muy	5:10
4. Rousseau, La Seyne	5:19
5. Salvagno, Aix-en-Provence	5:22
6. Jeannotat, Suisse	5:25

plus de 50 ans

1. Robin, Aix-en-Provence	6:07
2. Breuil, individuel	6:18
3. Le Scavarrec, individuel	6:29
4. Arnaud, Orange	6:32
5. Rossetti, Grenoble	6:36

5,2 km, Le Mouret, CH, 4 mars

Championnat national, 5 classés	
1. H. Borer, OB Basel	19:31
2. U. Sterki, Rechterswil	20:28
3. L. Zosso, CA Fribourg	22:41
4. R. Zurkinden, CA Fribourg	23:08
5. A. Leimgruber, CA Fribourg	23:24

4,5 km, Genève (SATUS), 11 février

1. Panos, CHP	16:07
2. L. Cattin, CHP	16:44
3. Monsieur, Belgique	16:51
4. Ecoeur, Ch. Bougeries	16:57

5. Grenak, Plainpalais S.	17:16
6. Doret, Ch. Bougeries	17:24
7. R. Hischier, CA Sierre	17:31
8. Couyoumdjelis, UGS	17:45
9. Hohniger, UGS	17:56
10. Bertoli, UGS	17:57
11. G. Hischier, Sion Ol.	18:02
12. Huot, S. Genève	18:08
13. Aymoz, Grenoble	18:18
14. Clerc, Ch. Bougeries	18:24
15. Berthoud, S. Genève	18:33

16. Leisi, Ch. Bougeries - 17. Pellegrinelli, Satus Genève V - 18. Rey, Stade Genève - 19. Ceroni, CHP Gen. - 20. Pernet, Sion Olympique - 21. A. Cattin, S. Genève - 22. Charpentier, Paris - 23. Carteron, Annecy - 24. Poissonneal, US Malakoff - 25. Desarzens, CHP Genève	
42 classés	

8 km 300, Vincennes, F, 18 février

40-47 ans	
1. Gottardo, Nogent	
2. Rameau, ACP	à 48"
3. Bance, SA Montrouge	à 1'09"
4. Belkacem, AVP	à 1'43"
5. Curty, AVP	à 1'51"
6. Auffret, Villecomble	à 2'58"
47-55 ans	
1. Bourquin, AVP	
2. Collot, CASG	à 37"
plus de 55 ans	
1. Dulac, Asnières	
2. Ponthieu, AVP	à 4'45"
3. Bavoillot, VA	

10 km, Brugge, B, 18 mars

Championnat national vétérans	
40-49 ans	
1. De Pauw, Dilbeek	32:05
2. Vanderhoeven, Vlierzele	33:36
3. Goossens, Lebbecke	34:03
4. Vandewattyne, Renaix	34:39
5. De Decker, Gantoise	35:14
6. Allewaert, Izegem	
7. De Hoef, Arlon	
8. Barigand, Excelsior	
9. Moerman, Audenaerde	
10. Naeyaert, Zuun	
puis Simons, Kiekens, Van den Brill, Van Utterbeeck, Van Herreweghe, etc.	
50-59 ans	
1. Limbourg, Un.Schaerbeek	37:18
2. Vermeersch, Un.Sch.	38:15
3. De Borger, Merxem	38:27
4. Andries, Un.Sch.	38:37
5. Pauwels, Brugge	39:42
6. Heuninck, Denderland	
7. Bocklandt, Hamme	
8. Van der Valk, Bouchout	
9. Steenbouver, Essenbeek	
10. Rediger, Liège	
puis Mertens, Missine, De Saedeleer, Van Lysbetten, Pireux, etc.	

60 ans et plus	
1. Vandamme, Denderland	43:01
2. De Pauw, Bouchout	43:37
3. Poelman, Gand	
4. Christiaens, Excelsior	45:21
5. Moissonnier, Wespelaar	46:15

6. Bastien, Gembloux	
7. Mertens, Un.Sch.	
8. De Backer, Sch.	
9. Wouters, Brugge	
10. Pierre, Louvain Athl.	
puis	
Raphelbergh, Verhaeghen, Leherste, Wiser, Desmit, etc.	

Courses sur route

420 miles (676 km), Auckland-Wellington, 1972

- 7 partants
 1. Max Telford, NZ/Ecosse 4 j. 14h50'
 (a. record: 5 j. 7h12')
 2. Dennis Stephenson 5 j. 6h55'
 3. Cameron 5 j. 12h43'
 4. Keats 5 j. 23h23'

Abandon de Wood, Bill Baillie et Wakelen. Telford a ainsi terminé pour la 3^e fois cette épreuve. Stephenson est un professeur de sciences politiques, et Keats est le président du club qui organise cette épreuve. Les coureurs étaient en route chaque jour de 5 h à 21 h. ("A. Weekly")

100 miles, Sacramento, USA, 1972

1. K. Young 14:14:39
 2. D. Beardall 15:38:38
 3. R. Faffenbarger, 49 16:42:58
 4. P. Reese, 54 17:15:34

20 km pour féminines, Refrath, RFA

Parcours: chemins forestiers

1. Sigrun Schumacher 1:24:21
 2. Marlies Girls 1:26:44
 3. Hertha Kaffei 1:29:13
 4. Gina Schien 1:31:01
 5. Ina Wester 1:35:25

Marathon, Culver City, USA, 3.12.

1. B. Armstrong, Canada 2:18:54
 2. D. White 2:19:31
 3. B. Scobey 2:20:55
 4. B. Shaw, Canada 2:25:28
 21. D. Waco, 40 2:35:32
 89. M. Montgomery, 66! 2:56:48
 192. Jacqueline Hansen 3:15:53
 287 classés ("Runner's World")

25 km, Mitcham, GB, 13 décembre

1. D. Faircloth 1:19:10
 2. W. Mullett 1:19:33
 3. G. Brockbank 1:20:34
 4. H. Wegner, RFA 1:20:52
 5. R. Atkinson 1:21:23
 7. W. Strempler, RFA 1:23:03
 12. C. Ziervogel, RFA 1:24:13
 17. E. Spieker, RFA 1:25:05
 36. R. Franklin, vétérân I 1:28:17
 74. T. Buckingham, vétérân II 1:37:15
 94 classés (Ziervogel)

25 km, San Diego, USA, 16 décembre

Championnat de l'AAU

1. P. Talkington, 26 1:19:01
 2. M. Covert, 22 1:19:53
 3. D. Schmenk, 22 1:20:19
 4. D. Timm, 23 1:21:06
 5. B. Price, 26 1:21:23
 6. C. Smead, 21 1:21:30
 10. B. Martinez, 21 1:23:40
 37. O. Gorman, 1^{er} vétérân 1:31:30
 68. Betty Wake, 1^{re} féminin 1:43:41
 129 classés ("Runner's World")

Marathon, Melbourne, USA, 29 décembre

1. C. Craig, 17 2:28:22
 2. K. Misner, 23 2:31:26
 14. M. Waterbury, 13 3:04:01
 64 classés ("Runner's World")

Marathon, San Diego, USA, 13 janvier

1. Doug Schmenk, 22 2:18:06
 2. Gary Dobrenz, 26 2:27:13
 3. Peter Fredriksson, 26, S 2:27:26
 5. Ken Moffit, 20 2:28:19
 12. Dave Waco, 40 2:34:21

44. Wayne Zook, 55 2:53:43
 66. Judy Ikenberry, 30 3:00:05
 99. Eileen Waters, 27 3:16:29
 100. Patti Hurst, 24 3:16:44
 226 classés (Patenaude)

Marathon, "Jersey Shore", USA, 21.1.

- 1 à + 3^o C
 1. T. Fleming 2:19:16
 2. J. Pasternack 2:25:08
 3. N. Patenaude, Canada 2:26:12
 17. J. Burns, 1^{er} vétérân 2:43:52
 52. P. Barrett, 1^{re} féminine 3:04:50
 148 partants, 131 classés (Patenaude)

20 km, Portola Valley, USA, 21 janv.

1. John Sheehan 1:04:38
 4. Mitch Kingery, 16 ans 1:06:06
 14. Ken Napier, 40 1:09:59
 39. Paul Reese, 55 1:16:17
 62. Fran Conley 1:26:28
 91 classés ("Runner's World")

Marathon, Orange, USA, 28 janvier

1. Ron Kurrle, 24 ans 2:26:08
 4. Dave Waco, 40 2:33:45
 8. David Villareal, 16 ans! 2:42:12
 142. Tom Bassler, 9 ans! 4:10:23
 145. Fred Grace, 75 ans! 4:11:01
 184 classés ("Runner's World")

Marathon en salle (!), Chicago, 28.1.

1. Ken Young, 31 ans 2:41:29
 2. Ron Gayer, 31 2:59:10
 3. Robert Bruce, 51 3:02:37
 7 classés ("Runner's World")

Marathon, New-Orleans, USA, 3 février

1. Amby Burfoot, 26aans 2:20:24
 2. Taylor Aultmann 2:28:37
 3. Jean-Paul Eudier, France 2:29:47
 4. Pat Chester 2:29:53
 7. Wendall Sullivan, 48 2:54:42
 44 classés (Patenaude)

Marathon, Las Vegas, USA, 3 février

1. Leonard Suarez, 24 ans 2:31:20
 5. Alex Ratelle, 48 2:43:47
 19. Frank McCabe, 55 2:56:56
 76. Gwendolyn Brauer, 10 ans! 3:44:59
 100 classés ("Runner's World")

11,2 km, Catania, I, 3 février

"XIII Trofeo S.Agata", 7 tours

1. A. Zaddem, Tunisie 33:55
 2. P. Svet, Yougoslavie 34:09
 3. H. Menet, Suisse 35:16
 4. U. Risi, Italie 35:57
 5. P. Mazzeo, Italie 36:10
 6. F. Amante, Italie 36:33
 7. L. Hayachi, Tunisie
 10. A. Sidler, Suisse
 80 classés (Sidler)

Marathon, Beppu, Japon, 4 février

1. Kenji Kimihara 2:14:55
 2. Minakami Noriyase 2:15:47
 3. Yoshiaki Morita 2:19:43
 4. Mitsuo Yoshitono 2:20:01
 5. Michisato Kuroki 2:20:07
 6. Akio Yoshida 2:20:59
 7. Masahiro Hayakawa 2:21:17
 8. Shigeru Kawada 2:21:19
 9. Hideki Nomura 2:21:25
 10. Hiromi Sonoda 2:21:37
 272 partants (R. v.d. Laage)

Marathon, Kyoto, Japon, 4 février

1. Jack Foster, NZ, 41 ans! 2:14:53
 2. Yoshiaki Unetani 2:18:20
 3. Tadaami Ueoka 2:19:39
 4. Kim Cha Hwan, Cor.Sud 2:20:21
 5. Yamasaki 2:21:57
 6. Uchino 2:22:22

20 km, San Cristobal, Venezuela, 10.2.

- Vu la chaleur (32^o C à l'ombre), ce marathon traditionnel s'est disputé sur 20 km seulement.
 1. S. Baron, Colombie 1:05:55
 2. D. White, USA 1:09:19
 3. L.A. Nava, Venezuela 1:09:41
 4. E. Camacho, Colombie 1:10:02
 5. P. Cobas, Colombie 1:10:50
 6. J. Medina, Venezuela 1:11:01
 7. S. Mendez, Puerto Rico 1:11:04
 8. C. Perez, 38, Espagne 1:11:22
 plus de 100 partants, 59 classés (Puig)

12 miles (19 km 308), New York, 11.2.

- 124 partants, -10^o C
 1. Tony Colón, 20 1:01:35
 2. Tom Fleming, 21 1:01:47
 3. Norbert Sander*, 30 1:03:40
 4. Manfred Steffny, 31, RFA 1:03:48
 11. Joe Burns, 42 1:10:55
 64. Nina Kuscsik, 32 1:22:49
 111 classés (Steffny)
 *bien connu en Suisse romande

Marathon, Burlingame, USA, 11 février

1. Ron Zarate, 21 2:23:15
 2. Mitch Kingery, 16! 2:23:47
 3. Jon Anderson, 23 2:23:57
 4. Ron Daws, 35 2:26:58
 5. John Caldwell, 22 2:28:48
 9. Don Gregory, 19 2:31:31
 10. Alex Aguilar, 17 2:33:54
 14. Ross Smith, 45 2:39:23
 60. Paul Reese, 55 2:57:45
 73. Mike Boitano, 11! 3:03:56
 134. Mary Cortez, 19 3:35:30
 177 classés ("Runner's World")

5 km, Seia, Portugal, 18 février

- 400 inscrits, 68 clubs, chaque club ne pouvant inscrire plus de 5 coureurs
 1. C. Lopes 13:56
 2. A. Simoes 14:13
 3. M. Julio 14:31
 7. A. Pinto, Angola 14:55
 12. D. Masa, Espagne 15:18
 306 classés (Machado)

Marathon, Seaside, USA, 24 février

1. Jerry Tighe, 27, Canada 2:20:16
 2. Phil Camp, 26 2:24:24
 3. George Oja, 29 2:25:02
 4. Bruce Shaw, 23, Canada 2:25:02
 5. Curtis Ankeny, 20 2:25:19
 6. Larry Miller, 22 2:25:54
 7. Wm. Laughlin, 22, Canada 2:27:48
 8. Jack Taunton, 25, Canada 2:28:32
 9. Richard Hanna, 26, Canada 2:28:51
 10. Guy Renfro, 24 2:29:22
 11. W. Schamberger, 27, Can 2:29:34
 12. Robert Taylor, 32, Canada 2:30:32
 13. John Currie, 20, Canada 2:32:12
 14. Bruce Macrae, 19, Canada 2:32:28
 15. Murray Hunt, 23, Canada 2:32:43
 27. Terry Heath, 18 2:38:01
 28. Gregory Gustafson, 17 2:39:01
 31. Patrick Curl, 16 2:41:08
 32. Bryon Cattell, 40 2:41:19
 36. Howard Miller, 46 2:44:11
 38. Elwin Wilson, 15 2:44:42
 161. Norman Bright, 63 3:22:40
 203. Janet Newman, 22 3:33:59
 650 partants, 535 classés (Taunton)

Marathon, Detroit, USA, 10 mars

1. Norm Patenaude, Canada 2:24:04
 2. Duane Spitz 2:24:18
 3. Dave Landriault, Canada 2:27:08
 5. Sid Sink* 2:29:53
 * 8:26,4 sur 3000 m steeple en 1971

Marathon, Ohtsu, Japon, 18 mars

Temp.: 5°C; 70% d'humidité; vent contraire (8,5m/sec) jusqu'à mi-parcours. Shorter, qui voulait améliorer son record personnel (2:10:30), partit très fort. Assoiffé, au 9^e km il s'arrêta et but un Cola... qu'il dut expulser au 16^e km! Il repartit en 7^e position, et se retrouva en tête, dès le 19^e kilomètre. Un instant menacé (vers le 30^e km) par le jeune (24 ans) Kitayama, Shorter termina néanmoins très "frais".

1. Frank Shorter, USA	2:12:03
2. Yoshinobu Kitayama	2:13:24
3. Yoshiaki Unetani	2:15:53
4. John Vitale, USA	2:16:15
5. Yoshiaki Morita	2:16:21
6. Katsuki Sakami	2:16:28
7. Kenichi Ohtsuki	2:16:32
8. Sueki Tanaka	2:16:46
9. Keiichi Shimokogaki	2:18:22
10. Iiju Nomura	2:18:57

55 partants - A cette date, 21 Japonais avaient déjà réussi moins de 2:20:00 en marathon. (R. v.d. Laage)

25 km, Korsu, Finlande, 18 mars

Course disputée dans la neige fraîche

1. Paavo Leiviskä	1:21:21
2. Antti Pasanen	1:21:42
3. Matti Salonen	1:22:04
4. Timo Etelämäki	1:22:05
5. Jukka Toivola	1:22:07
6. Seppo Väli-Klemelä	1:22:13
7. Seppo Helenius	1:22:32
8. Vilho Paaajanen	1:22:40
9. Olavi Hedman	1:23:48
10. Sulo Tuulijainen	1:23:52
12. Pentti Rummakko	1:24:24
14. Kurt Balmer, CH	1:24:47

108 classés

Vétérans

1. Jukka Lindholm	1:30:49
2. Asko Lindström	1:33:33

Féminines (12,5 km; 4 classées)

1. Helena Pietilä	50:37
2. Ilmi Miettinen (Pertula)	51:45

11,2 km, Sierre, CH, 18 mars

Au total: 190 classés

1. B. Schüll, Courroux	35:26
2. B. Voefray, Naters	35:45
3. J.P. Spengler, Genève	36:19
4. D. Fischer, Fricktal	37:38
5. R. Pitteloud, Sion	38:21
6. R. Hischier, Sierre	38:51
7. P. Locher, Naters	40:28
8. R. Camarasa, Sierre	40:48
9. E. Althaus, Aigle	41:04
10. U. Delaloye, Riddes	41:18
11. G. Hischier, Sion, vét.	41:28
12. J. Dulex, puis: J. Vuadens, Pi. Theytaz, B. Moser, Charmillot, Schwéry, Burket, etc.	

Féminines (2,8 km)

1. G. Bonvin, Flanthey	10:32
2. B. Beney, Sion	12:28

Juniors (5,6 km)

1. J.P. Monod, Genève	18:28
2. E. Bonvin, Flanthey	18:35
3. P. Vetter, Sierre	18:55
4. Genolet; Gex-Collet, Cosandey ...	

25 km, Bienne, CH, 24 mars

Température très élevée

1. A. Sidler, Lucerne	1:23:47
2. F. Schneider, Zurich	1:24:29
3. U. Schüpbach, Bâle	1:25:00
4. H. Urbach, RFA	1:25:17
5. K. Huerst, Aarberg	1:25:26

6. A. Moser, Berne	1:25:57
7. S. Cacciatore, France	1:26:36
8. M. Jossen, SPIRIDON	1:28:09
9. A. Rohrer, Lucerne	1:28:28
10. H. Zbinden, Zurich	1:29:30
11. P. Schweizer, Zurich	1:29:35
12. P. Strebler, Lucerne	1:29:49
13. U. Salzmann, Berne	1:29:55
14. K. Scheiber, Horw	1:30:21
15. S. Gmünder, Dürdigen	1:30:27
16. M. Margot, Genève	1:30:47
17. A. Huber, Bâle	1:30:52
18. A. Funk, Berne	1:31:08
19. R. Vogt, Genève	1:31:10
20. B. Longden, Genève	1:32:23
21. H. Eberle, Berne	1:32:29
22. R. Hischier, Sierre	1:32:34
23. K. Maulbecker, RFA	1:32:44
24. G. Reymond, Lausanne	1:33:49
25. W. Reusser, La Heutte	1:34:20

26. Sieber, puis: Georget, Piller, Cherrack, Pitteloud, Gilliéron, L. Cattin, Gisler, J. Wüthrich, Crotz (1:37:56), Doret, Chevalley, Rohner, Marti, Eichholzer, 40. Lachat (1:39:05), Cina, Jacquier, M. Dysli, Clément, Amsler, Serex, Althaus, P. Fournier, Huck, 50. Wasem (1:41:49)	
--	--

Vétérans (40 ans et plus)

1. E. Friedli, Belp	1:25:09
2. P. Eracle, Genève	1:35:03
3. R. Etter, Lausanne	1:35:37
4. U. Sterki, Biberist	1:38:00
5. F. Leutwyler, Zurich	1:40:09
6. W. Zitterli, 53, Bienne	1:41:16
7. W. Buaainfwe, Rheinfelden	1:41:39
8. W. Neis, RFA	1:41:54
9. J. Irshlinger, Carouge	1:44:39
10. G. Hischier, Sion	1:44:53
11. P. Boimond, Genève	1:45:04
12. H. Fahrion, Bâle	1:45:25
13. E. Götschi, Aegerten	1:46:01
14. P. Hottinger, Genève	1:46:29
15. W. Hely, Fribourg	1:47:06

16. H. Nickles, puis: J. Zurcher, R. Mourey, R. Zufferey, A. Cottier, R. Brunner, H. Stäbler, Desmeules, M. Bourquin (1:54:39), 25. J.P. Desarzens, Niederhäuser, Sonder, Le Besnerais, etc.	
--	--

Au total env. 300 inscrits, 210 clas.

19 km, Montceau-Le Creusot, F, 25.3.

1. Liégeois, Belgique	1:01:06(R)
2. Reffray, Marseille	1:02:13
3. Nallard, Sochaux	1:02:45
4. Gomez, Prémy	1:03:03
5. Demaizière, Le Creusot	1:04:50
6. Tarlet, E. Charollais	1:05:28
7. Woelfflin, Sochaux	1:05:31
8. Bourdin, Vierzon	1:05:42
9. Bonnot, E. Chalonnaise	1:05:43
10. Ancion, Belgique	1:05:50
11. Dulieu, Belgique	1:05:57
12. Sanglier, C. Chalonnais	1:06:00
13. Schepetlevane, Belgique	1:06:36
14. Kuhn, Clermont Ferrand	1:06:43
15. Lanneaux, Dijon	1:06:58

puis Heurtrey, Roumier, Ferrain, Cornu, Geistlich (1:09:50)

21. Manzoni, puis Languille, Franchi, Maquer, Millet (1:11:11), Boisdevezy, Carnet, Cordier, Simonneau, Le Polotec, 31. Cherrack (1:12:15), Bourgeois, Parisot, Loeffel, Kleif, Vinand, Nicolas, Tamini, Dulex (1:13:40), Leclercq, Corgier, Burllet, ... 66. Le Besnerais (1:25:15) 96 partants, 74 classés	
--	--

Marathon, Turku, Finlande, 1^{er} avril

Temp.: +3°C, et vent

1. Päivärinta	2:17:18
2. Toivola	2:17:26
3. Pasanen	2:17:45
4. Helenius, 20 ans	2:18:46
5. Balmer, Suisse	2:22:50
6. Hanhola	2:23:18
7. Norg	2:23:38
8. Puikkonen	2:24:58
9. Järvinen	2:25:37
10. Clotila	2:26:47
11. Lehti	2:27:30
12. Hyvönen	2:27:42
13. Heikkinen	2:28:01
14. Hämäläinen	2:29:14

59 partants, 44 classés (Balmer)

Marathon, Metz, F, 1^{er} avril

Dép. à 12 h 30, temp. + 9°C, vent contraire durant 4-5 km. Une seule boucle, au tracé très varié, sinueux à souhait, plus facile qu'il n'y paraît. Près de 1000 partants de 11 nations!

Les gars du Stade Messin Etudiants Club, qui désiraient sensibiliser l'opinion, y ont réussi: il y avait en outre 2000 coureurs - de tous âges et des deux sexes - pour le demi-marathon! La TV, elle-même au rendez-vous, avait présenté l'épreuve à plusieurs reprises. A peine submergée par son succès, l'équipe de Le Besnerais avait bien fait les choses: le jour même, dès 17 h, les coureurs pouvaient faire leur choix parmi une centaine d'excellentes photos de l'épreuve. De plus, la course fut intégralement filmée pour être présentée aux coureurs le soir encore. Ce que les Messins ont réussi chez eux, d'autres le réussiront ailleurs... à condition d'y croire. Puisque ce ne sont pas les coureurs qui manquent.

Désireux de présenter un classement aussi exact que possible (on a chronométré TOUS les concurrents aux 10^e, 20^e et 30^e km!), les organisateurs n'ont pu le faire assez tôt pour qu'il figure dans le présent numéro. D'ailleurs, leurs différents contrôles durant la course ont déjà fait apparaître... un tricheur: un petit-gros de nationalité hollandaise, de style exhibi (faut qu'on parle aussi un jour des exhibis et des masos!), qui a franchi la ligne d'arrivée aux alentours de la 10^e place. Voici tout de même un classement provisoire:

Classement

1. Schneider-Strittmatter, RFA	2:27:20
2. Urbach, Allemagne féd.	2:28:34
3. Liégeois, Belgique	2:31:29
4. Schmitt, Allemagne féd.	2:32:58
5. Meunier, France	2:34:23
6. Pechom, France	2:36:23
7. Schünemann, All. féd.	2:36:50
9. Theytaz, Suisse	2:40:47
11. Markstaller, Suisse	2:42:20

Demi-marathon (21,1 km)

1. Tim Johnston, Be/GB	1:08:10
2. Coulon, Belgique	1:09:18
3. Snehed, France	1:09:20
Ingrid Schoving, France	1:27
Michèle Baudein, France (Tamini)	1:35

Calendrier

En caractères **gras** : les épreuves que SPIRIDON peut recommander spécialement à ses lecteurs.

- 28.4. RFA : Dortmund-Landsdrop, 50 km
 28.4. RFA : Friedberg, marathon populaire
 29.4. F : Interrégionales, 20 km piste
 29.4. CH : Chalet-à-Gobet, 20 km populaires (R. Corbaz, Petit-Mont, 1052 Le Mont)
 29.4. CSSR : **Hluboka, 25 km**
 29.4. FIN : Helsinki, kaivopuisto-marathon (25 km)
 29.4. NL : Best, 25 km
 29.4. I : Torino-Pino-Chieri, 15 km
 1.5. I : **Turin - St-Vincent, 96 km** (COMIF-Torino)
 5.5. RDA : Karl-Marx Stadt, marathon
 5.5. Lux : **Schifflange, marathon** (v. annonce)
 5.5. RFA : Höheinöd, marathon populaire
 5.5. RFA : **Werther, marathon**
 6.5. CH : Eschenbach, Geländelauf, 10 km
 6.5. RFA : Wolfsburg, marathon populaire
 6.5. NL : Krommenie, 30 km
 6.5. I : Bobbio-Penice, 14 km
 6.5. Can : Etobicoke (Ont.), 15 milles champ. (Lorn Buck, 19 Avonmore Square, Scarboro, Ont.)
 7.5. Y : Zagreb, course de la Paix
 9.5. Y : Ljubljana, course de l'Amitié
 11.5. CSSR : Prague, marathon
 12.5. DK : **Copenhague, 100 km** (KIF, Kirsteingade 9, 2100 Kopenhagen)
 12.5. RFA : Ulm-Söflingen, marathon
 12.5. RFA : Detmold, marathon
 13.5. CH : Savigny-s.-Lausanne, 11 km pour «populaires», 4 cl. d'âge (Dingler, 1073 Savigny)
 13.5. B : Anzegem, semi-marathon (G. Terras, Heuntjesstrasse 9a, Anzegem)
 13.5. NL : Hengelo, semi-marathon
 17.5. Can : Saskatoon (Saskatchewan), 10 milles route

Organisateurs de France, de Belgique, de Suisse ou d'ailleurs

Ensemble, nous pouvons contribuer au succès de votre course et à celui de SPIRIDON. Comment ? En nous versant resp. 20 FF, 180 FB ou 15 FS pour faire figurer votre adresse COMPLETE au calendrier de SPIRIDON.

Et si vous désirez que votre course ne passe vraiment pas inaperçue de des quelque 10 000 lecteurs de SPIRIDON : souscrivez une petite annonce (60 FF, 450 FB ou 40 FS) ou une grande annonce d'une demi-page (150 FF, 1300 FB ou 110 FS).

Mettez donc toutes les chances de votre côté sans risquer de déséquilibrer votre budget !

- 19.5. Tur : Ankara, marathon (BTG Md. Atletizm Feder., Ankara)
 19.5. NL : Maassluis, marathon (A. Bonnens, pr. Mauritsstr. 15, Maassluis)
 19.5. CSSR : Otrokovice, marathon (ch. national)
 20.5. F : Vendôme (Grands-Prés, 14 h.), 35 km (P.Porcher, Naveil, 41100 Vendôme)
 20.5. GB : **Isle of Man, 25 km**, rencontre mondiale des vétérans (N. Ashcroft, 16 David Av., Lane Ends, Warrington/Lancash.)
 20.5. RFA : Unna, 50 km Jogginglauf
 20.5. F : Départementaux et finale, 20 km
 20.5. CSSR : Prague-Prandys, 20 km
 20.5. Fin : Korson Höllkä, marathon (plusieurs cat.) et demi-marathon pour féminines
 20.5. Can : Ottawa, 10 miles route (champ. nat.)
 25-27.5. CH : Champ. cantonal, athlétisme
 26.5. RFA : Essen, marathon
 26.5. Can : Vancouver, marathon (J. Taunton, 604-1330 Harwood Strasse, Vancouver 5)
 28.5. GB : Isle of Man, 39,5 miles (63,5 km) route
 31.5. B : Borgloon (St-Trond), 21 km

Au Cross des Nations, à Waregem : le Finlandais Kantanen (40), l'Espagnol Hidalgo (171) et les Belges Roelants (227) et de Beck (221) ; quatre regards qui « parlent ». Plus loin, le Soviétique Sviridov (213).

(Photo SPIRIDON - Tamini)

- 31.5. B : Barvaux-Ouffet (Route verte), 21 km
 6. Can : Calgary, marathon (L. King)
 2.6. CH : **Kloten, 18 km**
 2.6. CH : Burgdorf, 60 km
 2.6. RFA : Dülmen, marathon
 2.6. CSSR : Povazsky marathon (Nove Mesto n. Vahou)
 2.6. I : Maratonina del Naviglia, 20 km
 2.6. NL : Aalten, 20 km
 3.6. GB : Manchester, Maxol Marathon
 3.6. E : Valencia, marathon (ch. national)
 3.6. B : Büllingen, randonnées 10, 20 et 50 km
 3.6. I : **Marciadura, 25 km course alpestre** (Sci club Oltre il Colle)
 9.6. DK : Naerum, marathon SNIK (D.A.F. Vester Volgade 11, 1552 Copenhagen V)
 10.6. RFA : Husum, marathon
 11.6. NL : Eersel, 25 km
 11.6. B : Neder-Over-Hembeek (Bruxelles), 21 km
 CH : Wohlen, Pfingstlauf, 8 km
 11.6. CH : Biel-Bienne, 100 km
 16.6. NL : Schoonhoven, 20 km
 17.6. CSSR : Melnik, 25 km
 17.6. NL : Enschede, 20 km
 17.6. F : Italie-France-CSSR, marathon (8 coureurs par équipe)
 17.6. CH : Schwanden-Sigriswil, 20 km
 17.6. Pol : Debno, marathon (P.Z.L.A., U Foksal 19, Varsovie)
 17.6. USA : Burlingame (Calif.), marathon, champ. national
 23.6. CH : **Chêne-Bourg, 13 km** (6,5 km pour féminines et juniors) v. annonce
 23.6. CSSR : Domazlice, marathon
 24.6. CH : RFA-Pays-Bas-Suisse, 30 km
 27-28.6. Can : Etobicoke (Ontario) Jeux du Pacifique
 30.6. CH : Champ. régionaux athlétisme
 30.6. CH : Laufenburg, 20 km
 30.6.-1.7. : Coupe d'Europe (Lisbonne, Athènes, Bruxelles et Copenhague)
 1.7. B : **Semi-marathon des Trois-Provinces, 23 km** (v. annonce)
 1.7. Can : Scarborough (Ontario), marathon (v. 6.5.)
 1.7. Can : Toronto, marathon (L. Buck, 19 Avonmore Square, Scarboro, Ont., 266-3762)
 1.7. NL : Echt, 20 km
 1.7. CH : **Le Châble, Tour de Bagnes** (relais)
 1.7. CSSR : Zemplinsky marathon (Vranov n. Teplou)
 1.7. CH : Laufenburg, marathon et 10 km
 7.7. NL : Rotterdam, marathon (Metro)
 7.-8.7. Can : Edmuston (N.B.) ch. de l'Est, juniors
 8.7. USA : San Diego, marathon (champ. national pour vétérans)
 13.-14.7. Fin : **Suomi-Lauf, 100 km** (P. Perttula, 01450 Korso)
 14.7. F : Bischheim, 20 km (piste synthétique)
 15.7. Eire : Dublin, marathon (B.L. Na H'E., Moran's Hotel, Talbot st., Dublin 1)
 15.7. F : Voiron (Grenoble), « circuit de la Lure », 52 km, 3 cols, v. p. 23. (Jacques Lesimple, 9, rue George-Sand, 38500 Voiron)
 21.7. NL : Lisse, 25 km
 21.7. Hon : Szeged, marathon (M.A.S., Istvanmezei-ut 5, Budapest XIV)
 22.7. B : **Arville, 21 km**
 22.7. F : Marvejols-Mende (Lozère), 24,5 km (v. annonce)
 22.7. CH : **Trois torrents**, course alpestre
 29.7. CH : **Le Châtel** (Bex), course alpestre
 4.-5.8. CH : **Fionnay-Panossière**, course alpestre contre la montre (arrivée à 2689 m !)
 12.8. B : **Bertrix, 20 km route** (Grand Prix des frères Nicolas)



J.A. 1260 Nyon

N° 7

Prix des annonces: 1 page: 400 fr. s.; 1/2 page: 210 fr. s.; 1/4 page: 120 fr. s.; 1/8 page: 65 fr. s.; couverture: + 20 %
Prix spécial pour organisateurs de courses.
Régie des annonces : SPIRIDON, box 257, 4005 Bâle.



**Pierre
et
Daniel**

**vous
présentent**

les maillots
SPIRIDON

(une création de Karel R. Matějovský)

Prospectus et commandes * :

pour la France : Y Seigneuric,
24, av. du Bois - 77230 Moussy-le Neuf

pour la Suisse et (les autres pays) :
Iris Dulex, Bedastr. 10
9202 - GOSSAU

Pour la Belgique : C. Liégeois
9A Warmifontaine, 6620 Neufchâteau

* sensibles réductions de prix
pour commandes collectives !

Samedi 23 juin à 16 heures

13 km de CHÊNE

Circuit de 6 km 500 autour de Choulex (à 8 km de Genève), à parcourir une fois par les **juniors** et les **féminines**, deux fois par les autres coureurs.

Prix remis à tout(e) concurrent(e) terminant l'épreuve.

Taxe d'inscription : Fr. 10.— à verser au CCP 12-26 64, SFG Chêne-Bougeries.

Inscription : J.-F. Ansermet, case 9, 1226 Moillesullaz (Suisse). Tél. : (022) 48 18 06. Jusqu'au 31 mai 1973 (sceau postal !)

Dimanche 1er juillet à 16 h. 30
SEMI-MARATHON (23 km 500)
DES TROIS PROVINCES

Challenge Marcel Alavoine.

Parcours en ligne : Tongrinne-Sombreffe-Brye.

L'une des plus belles épreuves du genre en Belgique !

Taxe d'inscription : aucune.

Prix : 150 au minimum. Classement séparé pour **vétérans**. Ambiance inoubliable.

Renseignements et inscriptions : Gérard, rue G.-Fievret 37, 6330 Sombreffe (Belgique).