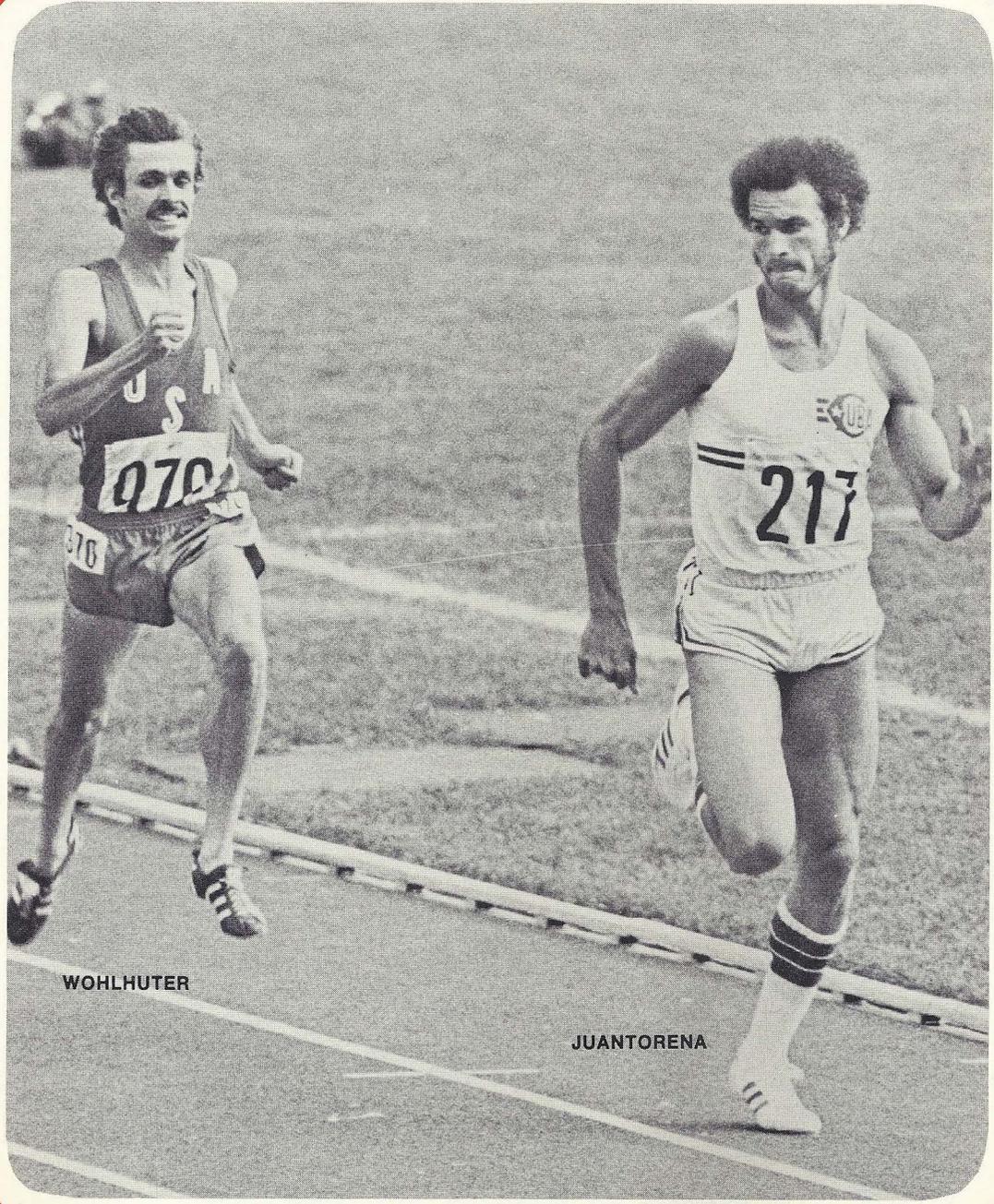
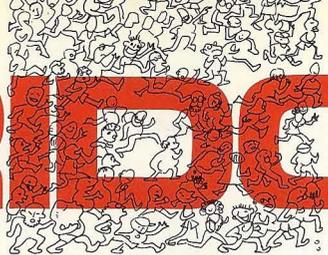


SPIRIDON

revue internationale de course à pied

août-sept. 76 **27**
56^e année



WOHLHUTER

JUANTORENA



KAZANKINA

KLAPEZYNSKI

DORIO

HOFFMEISTER

SHTEREVA

Finale du 800 m

La petite fille de Slantchev Briag

Bien entouré par quelques feuillus vert sombre et délicatement ourlé par de frêles pelouses insensibles à la canicule, le jardin public de Slantchev Briag est comme une fleur géante où le rouge, le bleu et le jaune des rians massifs se marient au gris fin des bancs de pierre et à celui, plus grossier, du crissant gravier des allées.

Dans ce jardin créé pour la méditation des grands et les ébats des petits, le jardinier paysagiste a fait placer, comme pour figurer son chef-d'œuvre, deux ou trois de ces curieuses fontaines circulaires d'où l'eau sort en petits jets verticaux. Où que vous soyez dans ce pays, vous verrez d'ailleurs communément des Bulgares de tous âges se pencher sur ces jets d'eau pour y étancher leur soif.

Il vous suffirait de vous jucher sur les branches d'un feuillu pour apercevoir à deux ou trois cents mètres de là, la mer Noire qui vient, en vagues et vaguelettes bleues frangées de blanc, lécher sans trêve une longue bande de sable fin.

Au jardin public de Slantchev Briag, ce soir-là une petite fille de cinq ou six ans court, sautille, sur un pied, sur l'autre, marche un instant, tout à coup songeuse, puis reprend son trotinement et ses galipettes, contournant deux massifs de fleurs pour finalement accourir vers sa maman et lui donner un baiser. Après quoi, toujours du même trot varié, qu'à sa guise elle entrecoupe de pauses, la petite fille entame une nouvelle ronde, à chaque fois ponctuée d'un baiser.

Il y a maintenant deux heures que nous avons pénétré dans ce jardin. Deux heures que nous sommes là, assis, à regarder les choses et les gens, les grands et les petits. Tel un papillon folâtre, la fillette n'a cessé de danser, de virevolter parmi les fleurs. Combien de kilomètres a-t-elle ainsi parcouru ? Huit, dix, ou davantage peut-être. Peu importe. D'ailleurs, qui s'en soucierait ?

[Imaginons un instant que toutes ces taches de couleurs animées par les foulées de la petite fille soient autant d'enfants qui dansent et jouent en mille jeux. Et que les grands feuillus verts penchés sur le jardin soient ces dirigeants ou ces « spécialistes » qui interdisent la course de fond aux enfants et aux jeunes... Que penseraient de la petite fille de Slantchev Briag ces gardiens de règlements anachroniques ?]

Le soleil est peu à peu tombé bien bas derrière les énormes gardiens du jardin public. L'air a fraîchi soudain. Sur un appel de sa maman, l'enfant a revêtu une culotte et une jaquette de laine. Et de reprendre aussitôt sa course solitaire : après la ronde des baisers, la course au bouquet ! Sa main délicatement refermée sur quelques brins d'herbe, la petite fille s'arrête ici ou là pour cueillir telle fleurlette patiemment recherchée. Et puis gambade, gambade, non sans jeter au passage un coup d'œil vers les herbes folles au pied des pelouses. Qui sait si ne s'y trouve pas la fleur la plus belle, celle qui plaira le plus à sa maman !

Nous sommes alors lentement sortis du jardin public de Slantchev Briag. Toujours aussi immobile et pensive, la mère se tenait assise au bord d'un massif de fleurs devenues presque noires dans l'ombre du soir. Combien de temps aura duré la course au bouquet ? Question sans importance. Comme des milliers de petites filles bulgares, comme des millions d'enfants de par le monde, ce jour-là au jardin public de Slantchev Briag une petite fille a couru dix, quinze ou vingt kilomètres. Pour qui, pour quoi ? (pourquoi manges-tu chaque jour, ami lecteur ?) Pourquoi, sinon parce qu'aux petits bouts de femme et aux petits bouts d'homme du monde entier la ronde des baisers et tous les autres jeux de course conviennent infiniment mieux que l'infarctus aux surmenés anxieux, que le cancer aux tumeurs des villes, ou que la pénible obésité aux gros mangeurs poussifs !

Comme elles parlaient clair les cabrioles de cette petite fille qui courait un soir de juillet au jardin public de Slantchev Briag !

Noël Tamini

**Samedi 2 octobre 1976
à 13 h.**

*à l'instigation du
docteur van Aaken
et avec le concours
de SPIRIDON*

*Première
Rencontre mondiale
des marathoniennes*

à l'occasion du

**Marathon international de
Waldniel (RFA)**

(réservé aux femmes !)

Parcours : 1 boucle de 1075 m et
4 boucles de 10 280 m

Droit d'inscription : 10 DM

Hébergement :

Réservation à l'adresse ci-dessous
jusqu'au 10 septembre
(Vous recevrez ensuite une confir-
mation avec prix et adresse)

Examen médical **gratuit** (et élec-
trocadiogramme) avant et après
l'épreuve : par l'Institut de méde-
cine sportive de Munster

Inscriptions :

Jusqu'au 24 septembre

(préciser l'année de naissance, la
nationalité, le club)
O.S.C. Waldniel, M. Rolf Strickling
Ungeratherstr. 64
4056 Schwalmthal-Waldniel

*« Nous attendons environ 150 ma-
rathoniennes de 10 pays. »*

Docteur van Aaken

*Voici la dernière
et la meilleure * occasion
de réussir cette année*

**une performance
sur la distance
du marathon**

*Et de la faire
dans l'ambiance SPIRIDON
par excellence !*

Rendez-vous donc

le 24 octobre 1976 au matin

**au marathon
SPIRIDON de
Neuf-Brisach**

Parcours aller-retour mesuré à la
roue de géomètre

En 1975, 203 coureurs à moins de
3 heures...

Pour tous renseignements :

Marathon de Neuf-Brisach

Jean Ritzenthaler

3, route du Vin

Kientzheim

68240 Kaysersberg (France)

** Sur l'un des plus rapides parcours
d'Europe et à deux pas de la Suisse,
de l'Allemagne, du Luxembourg et
de la Belgique.*

Le grand jour approche

Plus de quatre mois se sont écoulés depuis que j'ai proposé ici) la première tranche du programme d'entraînement qui devrait amener ceux qui l'ont suivi à être en bonne condition physique pour disputer telle grande classique d'octobre prochain.

Je rappelle que ce plan est destiné à ceux qui s'entraînent depuis une année au moins, et qu'il peut être « élargi » par ceux qui ont déjà plusieurs années de compétition derrière eux.

Le programme qui suit est prévu pour chacune des 4 prochaines semaines.

Premier jour

60 à 90 min. de course libre dans la nature (route, chemins forestiers, sous-bois, etc.); rester en équilibre d'oxygène deux ou trois fois; cinq minutes à réserver aussi à des exercices d'assouplissement, hélas trop souvent négligés.

Deuxième jour

Il se situera toujours au milieu de la semaine (jamais près d'une compétition). Il s'agit d'abord de pratiquer une bonne mise en train de 30 min. environ²). Puis, sur un chemin ou sur une route en légère montée, mesurer une distance d'environ 400 m.: parcourir cette distance (en montant) à un rythme bien soutenu, de façon à être bien essoufflé une fois parvenu à son terme.

Redescendre en récupérant (petit trot très léger et en pleine décontraction.) Commencer par 5 répétitions et tenter d'en ajouter une nouvelle par semaine, sans toutefois aller au-delà de dix. Pour terminer, dix minutes de « retour au calme ».

Troisième jour

De 40 min. à 1 heure, voire un peu plus, de course « à l'aise », en équilibre d'oxygène.

Quatrième jour

(Pour ceux qui le peuvent): mise en train habituelle durant 30-40 min. Puis, durant 15-20 min., jeu de course dans la nature (route, chemin et sous-bois). Le jeu de course est un retour à l'instinct de la course: ralentir, accélérer, sprinter, marcher, etc., au gré du terrain et de la fantaisie (voir aussi: « La petite fille de Slantchev Briag », page 1). Cette forme d'entraînement, moitié en équilibre, moitié en déséquilibre d'oxygène, procure un grand plaisir.

Course ou « long jog »

Une fois tous les 15 jours, participer, en outre, à une « course populaire », s'il y en a une dans la région. Sinon, séance de « long jog »: longue randonnée marche-course (de deux heures au moins).

Nous arrivons maintenant vers la mi-septembre. Ceux qui ont pu suivre les programmes d'en-

traînement que j'ai présentés dans SPIRIDON doivent dès maintenant se trouver dans une condition physique fort acceptable.

Voici ce que je leur propose pour chacune des semaines qui suivent:

Premier jour

Une heure de course libre. Cela signifie que l'on court n'importe où et au rythme qui nous convient. Attention: si l'entraînement a lieu en groupe, l'allure doit être adaptée aux possibilités des moins forts.

Deuxième jour

Après une mise en train de 15 à 20 min. (trotter, exercice d'assouplissement et d'élongation): parcourir une distance de 8-12 km., c'est-à-dire approximativement la moitié du parcours de la grande compétition que l'on prépare, à un rythme (respiratoire) qui devrait être à peu près celui que vous adopterez lors de cette compétition. Choisissez si possible un circuit un peu accidenté.

Troisième jour

Course « à l'aise » sur 15-20 km., en 10-15 min. de plus que ce vous pensez valoir sur cette distance. En d'autres termes, il s'agit d'un entraînement accompli en équilibre d'oxygène.

Quatrième jour (facultatif)

« Long jog »: course-promenade, si possible en famille, d'une, deux ou trois heures.

Cinquième jour (facultatif)

Mise en train de 30 min. Puis, sur un parcours d'environ 1000 m.: parcourir trois fois cette distance à environ 80% des possibilités, c'est-à-dire à un rythme nettement supérieur à celui que vous adopterez durant la grande course d'octobre.

Attention: tous les 15 jours, si vous ne pouvez participer à une course populaire, remplacez le troisième jour par un test-compétition d'une dizaine de km. Choisissez si possible toujours le même parcours dans ce cas, afin d'établir ensuite des comparaisons.

Dans le programme des dernières semaines précédant la grande épreuve, le cinquième jour (facultatif) est réservé au travail de la résistance. Mais le 1er jour, lui aussi, peut en comporter une part si l'on fait de « l'allure libre » un jeu de course: on travaille alors simultanément l'endurance et la résistance.

Je rappelle que le jeu de course est fait de continuel passages de l'équilibre à la dette d'oxygène. En d'autres termes, les parcours lents alternent avec les parcours rapides, au gré de l'humeur, de la fantaisie et de la nature. L'intensité du jeu de course est d'abord faible, en début de séance, puis elle augmente pour redescendre progressivement. Pour les « populaires » un bon jeu de course durera entre 45 minutes et une heure. Yves Jeannotat

1) voir SPIRIDON No 25, page 3

2) Voir SPIRIDON No 26, page 3

Grappillons

« Et considérez cela comme une faveur ! »

Ce 6 mars 1976 (...) nous sommes au jour des Championnats départementaux de la demi-heure cadets, 3/4 d'heure juniors, heure et 20 km seniors. Il y a longtemps que j'attends ce moment. Car après tout, pourquoi une jeune fille ne participerait-elle pas à ce genre de compétitions ? Surtout lorsqu'elle a déjà couru dans des épreuves qui ont duré près de deux heures.

Les inscriptions se font le jour même, un quart d'heure avant l'épreuve.

Je me présente donc au secrétariat. Au premier abord, on ne me prend pas au sérieux, on sourit, on plaisante. Mais voyant que la demande est sérieuse, les visages se renfrognent. On me rétorque que cela ne s'est jamais vu qu'il est impensable de voir une athlète féminine courir pendant une heure. Je n'ai qu'à courir à un autre moment et dans un autre lieu. Aujourd'hui c'est un championnat officiel !



A Epinal, la ségrégation n'a plus cours (cliché réalisé par le Spiridonien Halbwachs).

Eh oui, je sais que cela ne s'est jamais vu, en France peut-être, mais dans les pays voisins des épreuves féminines d'une heure existent, ainsi que du 5000 m et du 10 000 m, alors pourquoi pas chez nous ? D'autre part, je veux bien courir à un autre moment et dans un autre lieu, mais seulement voilà : les championnats départementaux ouvrent la saison sur piste, il n'y a pas de compétitions avant, alors je prends ce que l'on m'offre !

C'est alors que chacun se retranche derrière les règlements qui interdisent ce genre de compétitions aux femmes. Moi j'aimerais beaucoup lire ces fameux règlements, ou tout au moins qu'on me précise s'il est bien stipulé que ces épreuves sont fermées aux féminines. Et voici ce que me répond le directeur de la réunion : « Alors là, tu me poses une colle ! ». Vous conviendrez que je puisse ensuite douter des compétences des responsables...

Et n'ayant obtenu ni dossier ni la certitude de courir, je décidai, malgré les réticences, de prendre le départ. (...)

Christian Bardot étant juge-arbitre, et surtout conscient de l'évolution à donner au sport féminin, accepta. Il demanda aux concurrents masculins s'ils avaient des objections à formuler. Bien évidemment, ils donnèrent leur accord et trouvèrent bien ridicule de faire tant d'histoires pour la participation d'une seule athlète.

Me voici enfin sur la ligne de départ, mais tout de même avec cette remarque faite par le directeur de la réunion : « ...et considérez cette autorisation comme une faveur ! ».

La course se déroula très bien, je n'ai gêné en aucune façon les concurrents masculins. Et tourner durant une

heure sur piste est une question d'entraînement et de volonté. La performance réalisée est moyenne : 13 km 454. Mais je suis tout de même satisfaite. (...)

Le 12 mars, la CTSSo récidivait. Elle faisait paraître un démenti dans la presse ; je n'aurais jamais dû être autorisée à courir et mon temps ne sera pas homologué, l'épreuve étant interdite aux athlètes féminines de la Fédération Française d'Athlétisme.

Et voilà comment on veut faire progresser l'athlétisme en France : en interdisant de courir. Nous, pour le faire progresser, nous donnerons des « interdictions d'interdire de courir ». (...)

Les misogynes ne peuvent plus retenir contre nous les difficultés d'ordre physiologique, mais nous savons qu'ils trouveront d'autres motifs, tous plus ou moins valables, pour nous barrer la route. Mais le nombre grandissant des adeptes de la course de fond et leur succès les feront certainement longuement réfléchir. (...)

Christine FERRAND, Bulletin No 3 du Spiridon-Club de Bretagne, 20 mars 1976 (pour adresse : Christian Delerue, 13, allée du Groënlard, 35100 Rennes)

Jusqu'à ce que le corps soit devenu un instrument presque parfait

Ceux qui comptent uniquement sur leur talent n'atteignent jamais le sommet. Il faut recommencer, chaque jour, jusqu'à ce que le corps soit devenu un instrument presque parfait. Et l'on n'arrive à ce stade qu'après de longues années d'un entraînement très dur. Il faut y prêter la main chaque jour. C'est la seule manière de réussir, il n'y en a pas d'autre. Et si l'on veut se maintenir à ce haut niveau, on doit continuer à s'entraîner inlassablement. En ce qui me concerne, j'ai vingt-sept ans, mais je suis encore plein d'ambition. C'est ce qui me pousse à dévorer des kilomètres à une heure où la plupart des gens sont bien au chaud dans leur lit.

Karel LISMONT, propos recueillis dans « Panorama » (Belgique) du 5 mai 1976.

Ce jour-là, ils n'étaient pas derrière les barrières...

Voici quelques détails sur le relais pédestre du samedi 29 mai à Chedde. Les précisions techniques figurent dans l'article suivant du « Dauphiné Libéré » :

« La course de Chedde, 4 coureurs contre 200, dans un relais comportant 87,500 km, est certainement unique dans toute notre région alpine et peut-être sur le plan national. (...) On avait trouvé 4 hommes, 4 marathoniens, pour courir chacun plus de 20 km. L'un des meilleurs coureurs de la spécialité, Cacciatore, d'Aix-les-Bains, répondit avec joie à cette invitation, de même que Devouassoud, de la J.S. Chambéry. Caul-Futy et Brossier, spécialistes des longues distances à l'US Mont-Blanc complétaient ce quatuor, mais Brossier, malade, devait céder sa place en dernière minute à David, également de l'US M.-B. (...)

» Trouver 200 personnes pour courir 400 et 500 m, et surtout les échelonner pour que tout se passe régulièrement, sans trou : un petit tour de force qui devait réussir grâce à la coopération de tous les clubs, des dames aussi bien que des messieurs, et même de très jeunes concurrents, de 10 à 60 ans.

» Et à 15 heures, M. Seurre, maire de Passy, donnait le départ de ce super-marathon de 87 km 500 tracé au cœur de Chedde sur deux boucles de 500 et 375 mètres. (...) Dans la première heure, 19 km 375 furent couverts. Il faisait très chaud, les marathoniens se trouvaient distancés à plus d'un tour. Ces derniers se relayant plus souvent grignotèrent ce retard qui n'était plus que de cent mètres après deux heures (37 km 625).

» A 18 heures, à 56 km, les marathoniens étaient en tête avec plus de 600 m d'avance. C'est alors qu'arrivèrent les gros bras des clubs locaux, les footballeurs et les athlètes de l'US M.-B.

» A 18 h. 45, il n'y avait plus que 50 mètres d'écart et la bagarre au coude à coude était passionnante. Les hommes frais allaient néanmoins assommer les valeureux mousquetaires, et le dernier tour bouclé par André Santi donna finalement la victoire aux 200 Passerans. Il était 19 h. 38 (...) Une grande et fameuse expérience conclut Cacciatore ».

La course était organisée à l'occasion de la fête de l'office municipal des sports de Passy, qui avait demandé au club (US Mont-Blanc), dont je suis athlète et dirigeant, d'organiser un meeting pour le 29 mai.

A peu près à la même époque, je lis le SPIRIDON que je venais de recevoir, et notamment l'article sur le relais du Pays basque. Le temps de m'imprégner de tout ça, de me dire « après tout, pourquoi pas nous ? », d'en parler un peu à droite et à gauche, et voilà. C'était lancé.

Les 4 coureurs ont été opposés aux sections sportives de la commune : Club Alpin Français, Judo, Tir, Football, Volley, etc. Tous ces gens ont été très enthousiastes, et finalement je crois que là a été le principal : plus qu'un meeting sur piste, plus qu'une course de kermesse, de côte, ou qu'un marathon, un relais pédestre est une grande fête de la course à pied. Parce que participent ce jour-là des gens qui d'habitude sont derrière les barrières à nous regarder...

(Claude Brossier, avenue de Marlioz, 74190 Chedde, France).

Aux anonymes, à tous ceux qui courent sans bruit

(...) Il faut connaître le monde à part des coureurs de grande distance pour mieux comprendre ce qui s'est passé réellement sur le stade de Champel (Genève) le 10 avril. Il ne s'agit pas de savoir si Baudet a parcouru 100 km en plus ou moins de 8 heures, et de lire le résultat de cette tentative et le nom des trois coureurs ayant terminé cette course (voir « Classements » du 26 - NT), entre des résultats de pétanque, ceux de la première ligue de basketball et une épreuve cycliste locale. Encore faut-il comprendre ce que cela représente.

Il faut avoir connu ces discussions quotidiennes dans le vestiaire du petit stade de Richemont, tous ces jours où, à midi, dans la neige, la pluie, le froid, ou avec un brusque rayon de soleil retrouvé, Baudet et ses copains ont accumulé patiemment des dizaines et des dizaines de kilomètres quotidiens, le projet de cette tentative se forgeant et se décidant toujours plus au fil des jours et des entraînements. Il faut savoir, à une époque où les joueurs de football de quatrième ligue vont peut-être disputer des matches de football avec des maillots publicitaires, que des garçons se retrouvent jour après jour à l'entraînement, et dont on parle brusquement aujourd'hui pour un exploit inaperçu de beaucoup, n'ont pas un statut d'amateur puisque ce mot ne signifie plus rien.

Aucune manifestation au monde n'a fait autant pour l'égalité des races et pour la promotion des jeunes nations dites du tiers monde, que les Jeux créés en partie dans ce but par Pierre de Coubertin.

Gaston Meyer, « L'Equipe » du 14 juin 1976.

Un amateur, dans la conception moderne du sport moderne, est un monsieur qui ne vit pas entièrement de son sport, mais qui possède toutes les possibilités matérielles de le pratiquer, tant financièrement que professionnellement. Or, Jean-Louis Baudet, employé aux Services industriels de la Ville de Genève, âgé de 33 ans et qui en est à sa 9e année de course à pied, effectue exactement le même travail que tous ses collègues de travail, n'a jamais reçu une paire de souliers de course, mais les achète lui-même comme le reste de son équipement. Bref, il s'entraîne et court exactement dans les mêmes conditions que tous ses copains du stade, sans carte d'athlète d'élite, sans camp d'entraînement en altitude ou au bord de la mer, sans aucune facilité. Il travaille et il court, sans parler de sa vie de famille. Et sans bruit, uniquement pour lui et pour les copains, il réussit une performance de valeur mondiale dans ce domaine encore mal exploré et rebutant des courses de longues distances.

La victoire sur lui-même de Jean-Louis Baudet et de ceux qui ont disputé avec lui des 100 km le samedi 10 avril, c'est en même temps celle d'une masse d'anonyme, de tous ceux qui, sans avoir jamais eu leur nom dans les journaux, ou à la radio-TV, accumulent chaque jour des km sur la route ou sur la piste, non pas revêtus de trainings chamarrés et pour tenter d'éliminer en quelques minutes de transpiration les excès dus à une

vie trop remplie des biens de ce monde, mais parce qu'ils aiment courir.

Ce sont eux que l'on retrouve au départ des courses innombrables oscillant entre 10 km et le marathon, tous ces hommes (et ces femmes) qui, par la course à pied, ont trouvé un mode de vie et dont Jean-Louis Baudet, pour un bref instant, et par sa performance, a rompu l'anonymat ! (...)

Boris Acquadro, « Semaine Sportive », Genève, avril 1976.

Merci à Boris Acquadro, lui-même pratiquant de vieille date, aujourd'hui surtout connu (bien au-delà de la Suisse romande !) pour la souriante compétence et l'enthousiasme avec lesquels il sait commenter les principales manifestations de ski de fond et d'athlétisme télévisées, merci à Boris Acquadro d'avoir rompu cette lance en faveur d'une merveilleuse équipe de « purs » de la région genevoise: les gars de Chêne-Bourg. — N.T.

Forté tête et bonnes jambes

— Halte-là ! Qui vive ?

— Chef Leroux, de la CCS...

C'est avec stupefaction que la sentinelle de faction devant le camp d'Arue a entendu cette réponse à l'aube d'hier. Bien sûr, aucun légionnaire du 5e Bataillon mixte génie-légion du Pacifique n'ignorait que le caporal-chef s'attaquait au Tour de Tahiti à la marche. La presse et la radio en ont largement fait état.

Seulement voilà, le légionnaire Leroux n'était attendu que vers 10 heures. C'est à cette heure-là que la clique elle-même avait été prévue pour l'accueillir aux glorieux accents de « Tiens, voilà du boudin ! ». Le précédent détenteur du record du tour, le brigadier de gendarmerie Colas, n'avait pas mis moins de vingt-et-une heures quinze.

Si le nouveau champion avait tenu pour l'honneur à améliorer cette performance de six bonnes heures, ce n'est pas seulement parce qu'il a de bonnes jambes. Mais parce qu'il s'agit de ce qu'on appelle, à la Légion, « une forte tête »... Il y a une semaine il avait répondu au « en avant... marche ! » de son commandant de compagnie en se mettant à courir dans les rangs.

— Leroux, je vais vous apprendre à marcher, moi, avait promis celui-ci. Vous me ferez dix jours !

Dix jours d'arrêt, même s'ils ne sont pas de rigueur, c'est vexant pour un Légionnaire épris de discipline. Et puis ça vous empêche de courir les filles.

— Pour savoir marcher, je sais marcher ! jura le caporal-chef. Et je suis prêt à le prouver...

En 1970, en effet, il avait déjà gagné la coupe de cross de Madagascar, où il avait été affecté. Cette fois, il proposa à ses supérieurs de s'attaquer au concours de cross tahitien. Et, à titre de mise en forme, de commencer par un tour de l'île.

— Allez-y ! accordèrent ses chefs, toujours heureux de voir mise en pratique leur célèbre devise « marche ou crève ! »

C'est pourquoi le caporal-chef a pris la route avant-hier à 16 heures, en direction de la Côte Est. Par esprit de corps, le caporal Lamotte a voulu lui tenir compagnie. Et, très « sport », le gendarme Colas l'a escorté en voiture jusqu'à Taravao. Il l'a quitté en lançant :

— A demain midi, camarade. Si tu tiens jusque-là !

Les 117 kilomètres du périple ne sont en effet pas pavés de tiare. La route a défoncé plus d'une voiture. Après avoir bu de l'eau (brevage inhabituel pour un légionnaire), le caporal-chef a été saisi de vomissements. A plusieurs reprises, il a trébuché sur des chiens qui tenaient à lui faire un brin de conduite. En revanche, il a partout été encouragé par les enfants et par les villageois du district — dont certains ont veillé jusqu'à 2 heures du matin pour l'applaudir.

Au km 34, le caporal Lamotte jeta l'éponge. Ou plutôt se jeta lui-même dans le fossé. Mais Leroux continuait toujours, le moral au zénith :

— A 15 kilomètres du camp, j'ai même été obligé de ralentir, raconte-t-il, pour attendre le lever du jour.

Le lever du drapeau l'a trouvé amaigri de 5 kilos mais encore debout et en pleine forme. Du coup, ses supérieurs ont décidé de lever également sa punition. Avant d'aller se coucher, il a constaté avec satisfaction : — Chouette ! Mes pieds sont assez bien pour aller danser !

(Extrait du « Journal de Tahiti », début 1976).

Dimanche 12 septembre

Ovronnaz - Cabane Rambert

(8 km 400 pour 1360 m de déniv.)

Epreuve CIME, cat. C

Renseignements et inscriptions :

Gaëtan MICHELLOD,
1912 Leytron (Suisse)
Tél. (027) 86 42 50

Dimanche 3 octobre 1976, à 10 h
à Laxou-Nancy

1er Circuit des Fourrasses
(27 km 300)

Epreuve ouverte à tous et à toutes
Nombreuses coupes et récompenses à
tous les classés

Engagements : 15 F (licenciés : 13 F)

Possibilités d'hébergement

Bernard GRISEZ, 115, rue du Petit-Arbois,
54250 Laxou (France)

Dimanche 26 septembre 1976, à 8 h 30

Fully - Sorniot
(7 km. 770/déniv. : 1575 m.)

Epreuve CIME, cat. B

Droit d'inscription : écoliers et juniors :
Fr. 8.— ; autres catégories : Fr. 12.— (à
verser au CCP 19-58 80 Banque UBS
Fully, en précisant nom, prénom et date
de naissance)

Renseignements :

Camille ANÇAY, 1926 Fully (Suisse)

Le 11 septembre 1976

7e Tour de Moron (50 km)

à allure libre (pour marcheurs ou coureurs,
cat. élite, seniors et vétérans)

Inscriptions (jusqu'au 30 août 1976) :

Fred UHLMANN,
Grand-Rue 3, 2735 Malleray (Suisse)
Té. (032) 92 11 83

A Courtelary
le samedi 30 octobre 1976

Ville cross-country
(18 catégories)

Prix : médailles, challenges,
nombreux lots

Organisation :

Club Athlétique de Courtelary

Renseignements :

P.-A. SCHWAB, 2608 Courtelary
(Suisse)

*N.B. — Courtelary se trouve à 25 km de
Bienna et de La Chaux-de-Fonds, et donc
à proximité de la France.*

Dimanche 5 septembre 1976

1er mini-marathon
Ham-Noyon

27 km sur route

Cat. : seniors et vétérans, licenciés
ou non, militaires

Une plaquette : à tout arrivant

Nombreuses récompenses
par équipes

Droit d'inscription : 10 F

Inscriptions :

François LABARRE,
Boîte 37 Cedex 08,
60640 Guiscard (France)

Ham se trouve à 120 km au nord de Paris.

« Je fais aussi de la bière, du vin, et mille autres choses... »

Interview de Ron Hill par Jon Wigley (2e partie)

Quand ces lignes paraîtront, les Jeux de Montréal seront achevés. Des millions et des millions de téléspectateurs auront donc vu les marathoniens pénétrer un à un dans le stade. Tels les derniers grains d'un rosaire aux mystères douloureux, glorieux ou simplement joyeux.

Où sont Watson, Norman et Angus ? se seront demandé les autres coureurs, les sélectionneurs et bien d'autres téléspectateurs britanniques ? On sait que le système de sélection britannique a fait désigner ces trois-là, ravalant Ron Hill (2 h 12 et 2 h 13 en 1975 et toute l'expérience de 38 marathons !) au rang de remplaçant. On sait aussi que Ian Thompson, qui n'avait certes rien prouvé en 1975, fut écarté lui aussi, une blessure l'ayant contraint (le jour même de l'épreuve sélective, à 10 km de l'arrivée !) à rétrograder de la 2e à la 7e place. Le système de sélection des Britanniques (« les trois premiers de telle épreuve, point final ! ») a fait couler ensuite beaucoup d'encre. Beaucoup trop.

Il eût mieux valu que tous ces coureurs et supporters, devenus soudain d'acribes critiques, dédient le système de sélection... avant le verdict surprenant. Ensuite, n'était-il pas plus prudent d'attendre l'arrivée du marathon de Montréal pour émettre des « on vous l'avait bien dit ! » ? Car Angus, Norman et Watson avaient tout de même le droit de bien se classer à Montréal, justifiant alors un système de sélection, insuffisant certes, mais... accepté par les intéressés, comme on accepte les règles d'un jeu si imparfaites soient-elles.

Dans la suite de l'interview que nous publions ci-après, Ron Hill se place bien au-delà et en-deçà de Montréal. Avec une jolie verve et beaucoup de spontanéité, Hill raconte comment, émule d'un athlète héros de bandes dessinées, il a peu à peu émergé des profondeurs des pelotons. Hill exprime aussi tout ce qui fait le sel de la vie qu'il a choisie. Hill dit aussi... Mais écoutez plutôt.

N. T.

— Quel genre d'entraînement pratiques-tu en ce moment ?*

— Dans les 5 km le matin. Et le soir, durant ces 7 derniers mois, tout ce que j'ai fait c'est environ 11-12 km, mais parfois plus rapidement qu'en steady-state (parce que j'ai trouvé une jolie descente en début de parcours pour me dégourdir les jambes). Deux fois par semaine, je fais un peu de fartlek (jeu de course). Je fais des essais en ce moment, puisque je ne suis plus obligé de courir pour me rendre au travail ; j'essaie de diminuer la ration de kilomètres, et cela semble payant. Je ne

crois toutefois pas descendre à moins de 110-120 km par semaine, ni augmenter de beaucoup cette ration. J'en parle sans crainte, car je sais bien que mes adversaires n'auront pas le courage de modifier leur préparation à quelque temps seulement de l'épreuve de qualification pour les Jeux*.

Je veux essayer de faire exploser le mythe des 130-140 miles (210-225 km) par semaine, spécialement pour ceux qui, comme moi, approchent de la quarantaine. Je n'ai pas eu le temps, l'an dernier, de faire de longues séances parce que, justement, ce sont les six marathons de compétition qui ont constitué ces séances d'endurance.

— Comment concilies-tu entraînement et profession ?

— Le travail est une nécessité, bien sûr. Ayant quitté l'industrie textile pour lancer mon propre commerce d'articles de sport, je peux maintenant m'entraîner tout à mon aise, et aller courir à l'étranger chaque fois que j'y tiens. C'est sans doute l'une des raisons qui expliquent pourquoi l'an dernier j'ai couru de manière plus détendue. Maintenant, je peux m'entraîner et faire de la compétition sans craindre que cela porte préjudice à un collègue ou à ma propre carrière professionnelle. Mais ce n'est pas facile : il me faut travailler toute la journée, et parfois même aussi le week-end. Je t'assure que ce n'est pas rose de rester, deux heures après la course, sur une fourgonnette, à vendre des articles de sport. Mais c'est commercialement utile, cela vous fait une petite place dans le marché.

— Aimerais-tu voir plus de gars comme toi, ou comme Bill Adcocks¹, collaborer avec la Fédération, comme entraîneurs, sélectionneurs, etc. ?

— Oui, j'aimerais qu'on donne davantage de responsabilités à des gars comme nous. J'aimerais que nous puissions ensuite entraîner des marathoniens, ou, si vous voulez, les dégourdir. Le seul ennui... c'est que je me vois mal dans la peau de ces coureurs : je n'aurais jamais pu m'entraîner en équipe ! Il ne m'est pas possible d'obéir à des instructions données ; par exemple, à trois coureurs pour qu'ils fassent une course d'équipe ! « Quelle belle course d'équipe ! » c'est ce qu'on a dit en 1971 lorsque les Britanniques ont fait 2e, 3e et 4e au marathon des championnats d'Europe. Or, si Wright a terminé second, c'est... parce que je n'ai pas réussi à le rattraper ! Mais j'aimerais bien, de toute façon, que les anciens aient plus de responsabilités : il y a un terrible gaspillage de talents.

Prenez le cas de Jeff Norman : il remporte l'an passé le championnat britannique de marathon. Au lieu qu'on lui dise : « Tu es le champion britannique. Habituellement nous recevons une invitation pour lui pour le marathon de Fukuoka : serais-tu d'accord d'y aller ? » que s'est-il passé ? Dix jours avant la course, on lui téléphone pour lui en parler...

Personnellement, heureusement que je m'arrange pour prévoir mes courses jusqu'à 12 mois à l'avance : je sais donc exactement pour quoi je m'entraîne. Chez nous il n'y a guère d'organisation, en dépit de quelques essais isolés ; trop souvent tout se déroule au petit bonheur. Lorsqu'on demande deux coureurs britanniques pour telle course à l'étranger et que les meilleurs ne veulent pas y aller, on devrait davantage tenir compte de ceux qui seraient d'accord.

Qu'est-il arrivé à Jeff Norman ?

D'autre part, on ne cherche guère à tirer bénéfice du savoir et des expériences accumulés par les vieux routiniers. Je pense à Basil Heatley qui a quitté la scène après avoir remporté la médaille d'argent du marathon des Jeux de Tokyo : personne ne sait comment il s'entraînait, quel était son programme avant les Jeux, etc. C'est stupide et ce fut une grande perte. Tout comme pour Bill Adcocks : personne ne sait ce qu'était l'entraînement de Billy lorsqu'il réussit 2 h 10 à Fukuoka, et

* Le texte original de cette interview a paru en janvier dernier sous le titre « Still seeking experience - after 14 years of marathon stardom ».

¹ 2 h 10'47" en 1968 à Fukuoka, et surtout 2 h 11'07" en 1969 sur le parcours de Marathon à Athènes.

surtout 2 h 11 de Marathon à Athènes, deux performances fantastiques ! Bien sûr, il est possible qu'à l'époque ils auraient été plutôt muets ; mais depuis, personne ne leur a plus rien demandé.

Il est clair que nous avons de formidables talents pour la course de grand fond, mais nous avons aussi tendance à les dilapider. Prenons le cas de Jeff Norman et de ses 2 h 15 réussis à Stocke (avec le titre de champion britannique). Quelqu'un a-t-il essayé de le suivre depuis lors ? Les gars disent : « Qu'est-ce qui est arrivé à Jeff Norman ? ». C'est grotesque. Voilà encore une chose qui me touche profondément, et que j'ai d'ailleurs rapportée à une récente conférence d'entraîneurs. Je leur ai dit que le gars s'entraîne sans entraîneur, et qu'il est virtuellement négligé, tout comme moi. Pas nécessaire de lui dire ce qu'il doit faire, non, pas ça, mais il faudrait lui donner le maximum d'informations, lui demander quels sont ses plans et ses souhaits, s'il en a.

S'il y a un entraîneur chargé de s'occuper de la course de fond dans l'intérêt du pays, et qu'il cherche à obtenir la meilleure équipe possible pour une distance donnée, il devrait se dire : « Bon, de quels talents disposons-nous ? Je me demande ce qu'un Ron Hill peut bien faire. Lui faut-il de l'aide ? Blessé, faut-il l'envoyer chez un spécialiste ? » Rien de tout cela ! En 1964, quand j'étais blessé, pour eux j'étais de nouveau considéré comme perdu...

— **As-tu d'autres passe-temps en dehors de la course à pied ?**

— Vivre c'est déjà un genre de passe-temps, non ? Et avoir une famille, deux garçons, cela suppose bien des obligations. Ajoutez une affaire à monter, l'entraînement, les courses à l'étranger. L'important c'est de bien combiner le passe-temps avec l'activité que l'on exerce.

Toute la couleur de la vie

J'aime la musique pop (Bob Dylan, Etton John, et d'autres). Je n'aime pas ce qui est trop « gros » : King Crimson, etc. ; c'est un peu trop bruyant pour moi. J'aime bien la musique des Beatles. A Munich, ils touchaient presque à leur fin, mais à Mexico (1968) ils marchaient très fort, avec « Gey Jude » et « Fool on the Hill ». J'aimerais pouvoir lire un peu plus, autrefois j'étais habitué à lire beaucoup. J'aime me promener dans la campagne... mais je n'en ai pas le temps. Je fais aussi de la bière, je fais du vin, et mille autres choses. C'est pour moi toute la couleur de la vie. Je suis un gars plutôt heureux de vivre. Je ne souhaite qu'un peu plus de temps pour me détendre, et peut-être bien que cela pourra se réaliser dans un avenir rapproché. J'aime voyager, c'est un joli passe-temps. J'aime fouliner chez les antiquaires, et ramener parfois de drôles de petites pièces ; mais je ne peux pas dire que je sois un fanatique de ces choses-là.

— **On dit qu'au tout début de ta carrière, la première source d'inspiration ce fut Alf Tupper, un athlète au style de héros de bandes dessinées. C'est vrai ?**

— Oui, c'est exact. Je lisais le texte qui s'y rapportait, quatre ou cinq colonnes par page. De mon temps, c'était évidemment un caractère avec lequel on pouvait s'identifier. D'ailleurs c'était un gars du Nord. Il a travaillé longtemps sur les chemins de fer, tout comme mon père, d'où une similitude encore plus grande. Son caractère était décrit d'une manière très réaliste, mais si vous le considérez dans la partie dessinée, il a l'air d'un parfait idiot. Ce n'était pas un comique — aujourd'hui il l'est — il était plutôt tragique, une sorte de héros. Il vivait très pauvrement, et tout se ligait contre lui, mais il réussissait à triompher de tout. Il vivait solitaire sous le viaduc du chemin de fer. Quand il n'était pas aux chemins de fer, il faisait le soudeur. Il s'entraînait sur des pistes de misère, ou autour du gazomètre ou encore sur la digue du canal. Je me suis mis à penser que j'aimerais bien devenir un coureur comme Alf Tupper.

Mon père était footballeur amateur ; j'étais très habile au ballon, mais j'étais trop mince et trop petit pour taper dans un ballon. J'étais maigre comme un clou (à 11 ans, je faisais moins de 30 kilos !). Sûrement que la seule chose que j'aurais pu faire, je me disais, c'était

la course à pied. Cela m'intéressait, mai je n'avais pas assez de connaissances pour me lancer, ou pour m'inscrire à un club.

Vas-y et demande après Arthur !

Vers 13-14 ans, ma mère avait une amie dont le fils faisait partie du club de Clayton-le-Moors. C'est lui qui m'y a plus ou moins introduit, en me disant un jour : « Vas-y, et demande après Arthur ! ». J'y suis allé et j'ai rencontré Arthur. C'est comme ça que tout a commencé. Le type s'appelait Arthur Henderson (il vit maintenant quelque part en Australie). On a eu quelques bons moments. Il travaillait pour une firme de textile qui avait un club de jeunes où j'allais tous les mardis soirs ; on faisait de la gymnastique et d'autres trucs de ce genre. On jouait du foot à cinq contre cinq, on faisait de la lutte, etc. Un jour, le responsable Ivan Smith, fit venir Denis Watts nous superviser. C'était aux alentours de 1952-53. Nous étions tous là dans la salle de gym, en position de départ, accroupis comme des sprinters pursang (vous voyez-ça d'ici !). Il voulait tester nos capacités... Les pieds contre les espaliers et... EN AVANT !

C'est à partir de là que ça a vraiment commencé. Deux fois par semaine, à l'école. J'ai fait partie de l'équipe de l'école, je fus même champion de l'école, mais en ce temps-là ça ne voulait quasiment rien dire. J'ai fini... 171e dans le championnat scolaire du Nord ! Un sacré niveau !

— **Tu es allé ensuite à l'Université de Manchester. Là, quels furent tes succès ?**

— J'ai remporté une fois le titre de champion universitaire britannique, l'année où Herb Elliott y a participé. Ce fut mon jour de gloire : battre le grand Herb Elliott ! Je marchais pas mal à Manchester : champion de club six ans de file. Aux championnats universitaires britanniques, je naviguais un peu dans l'ombre de Mike Turner et de Tim Johnston ; j'ai terminé très près de ces gars-là deux ou trois fois. Je me souviens aussi de John Farrington, qui étudiait alors à l'Uni de Londres (c'est étonnant quand on y repense, mais ces trois-là sont encore dans le coup ! et bien d'autres d'ailleurs ! c'était une grande époque dans les universités). On était vraiment très unis. C'est vraiment fantastique le nombre de copains des années 1960 qui sont encore là dans les pelotons. La belle époque... On se donnait à fond, puis on allait éculer quelques godets. Et comme étudiant, c'était pareil.

— **Stôt terminées mes études de chimiste, je me suis lancé dans la recherche. Je me suis marié en 1960 et je suis allé vivre à Manchester, m'inscrivant la même année aux « Bolton Harriers ».**

— **Et ton premier marathon ?**

— Je l'ai couru en 1961, à Liverpool, parce que je n'avais rien d'autre à faire. J'avais l'habitude de courir souvent, et ce jour-là il n'y avait rien d'autre que ce marathon. Après l'arrivée, j'ai pensé que je n'en disputerais plus jamais un de ma vie... Quelqu'un m'a pris dans sa voiture pour rentrer : je n'arrivais même plus à en sortir seul ! Terrible ! Et ces satanés gamins qui nous arrosaient avec leurs bouteilles pleines d'eau ! Dans cette course, j'étais le parfait débutant, et je me suis dit : « Bon sang que c'est lent ! » Et... j'ai foncé ! 2 h 24, je suppose que ce n'était pas si mal pour la première fois.

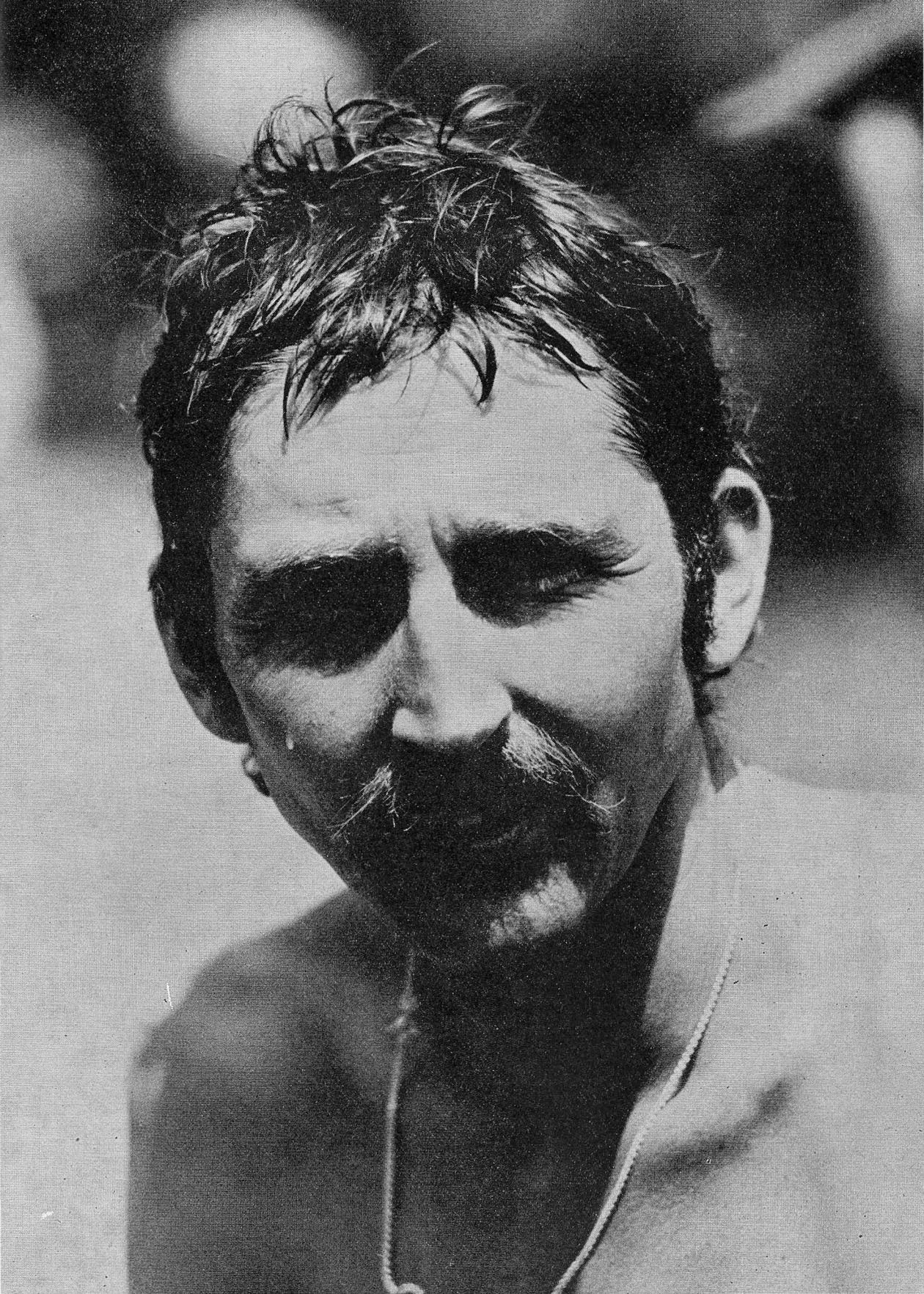
— **A tes débuts, quelle fut l'influence de tous ces athlètes autour de toi ?**

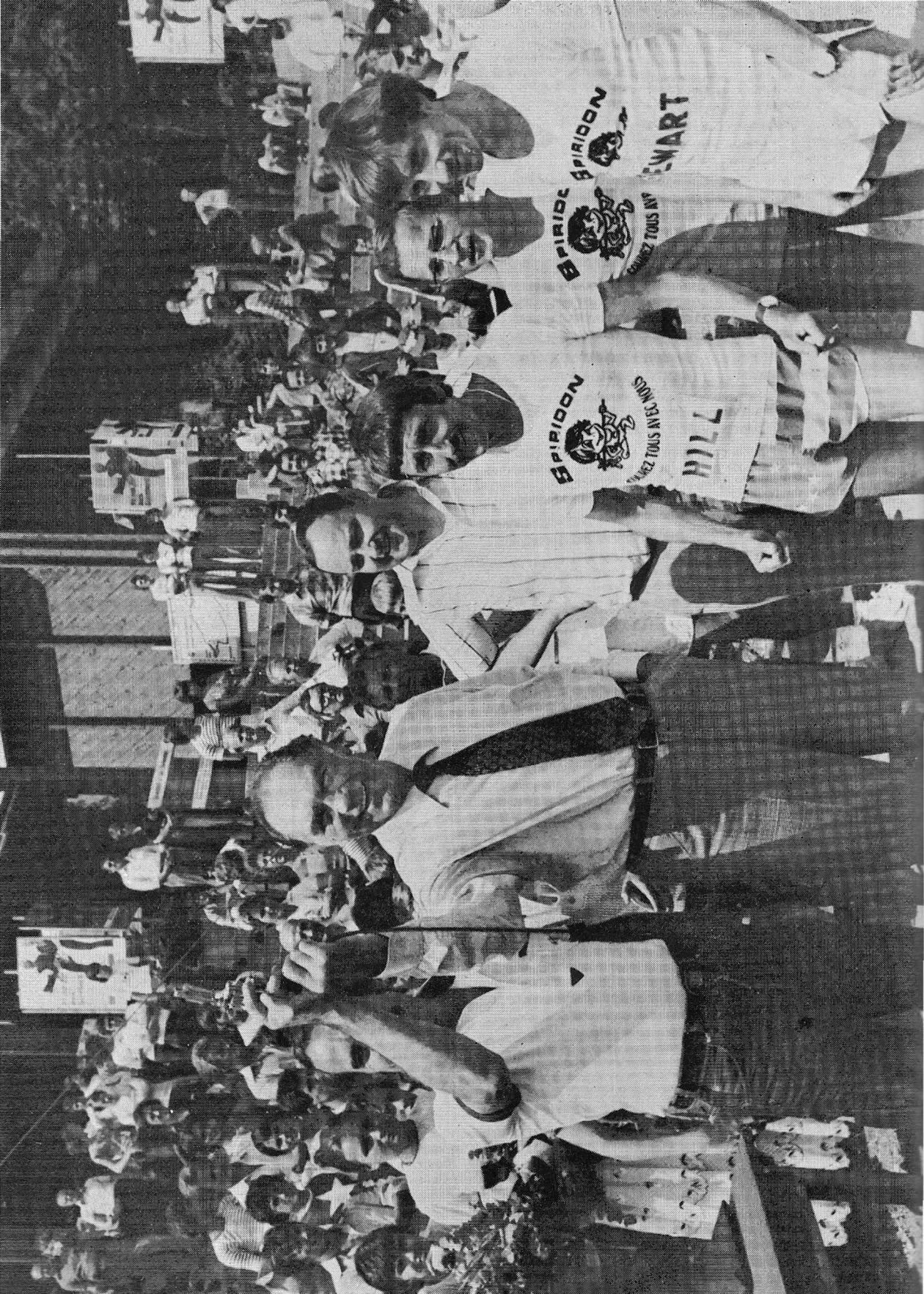
— Je crois n'avoir jamais été influencé par quiconque. Même pour l'entraînement bi-quotidien : ce fut le fruit d'une déduction quasi scientifique parce que je ne récupérais pas assez rapidement ! Il me fallait deux semaines entre deux courses... J'ai pensé que si je commençais à m'entraîner deux fois par jour je diminuerais mon temps de récupération ; et en courant deux fois par jour vous augmentez le kilométrage. Tout cela a évolué lentement. Tous les plans d'entraînement que j'ai eus — et qui changent constamment car personne ne reste toujours pareil — sont tous le fruit d'une lente évolution. Je ne me suis jamais fixé de buts, quels qu'ils aient pu être. C'est ce qui arrive quand on n'a jamais eu d'entraîneur. J'ai dû me forger tout seul ma confiance en moi.

Je me suis toujours dit : « Jamais je ne serai champion de collège !... mais je l'ai été ! « Jamais je ne ferai partie de l'équipe du Lancashire !... mais j'en ai fait partie ! « Jamais je ne serai sélectionné en équipe natio-

² Nos lecteurs savent qu'ensuite Norman a remporté de superbe manière la course Sierre-Zinal, et que le 8 mai dernier il a été sélectionné — aux dépens de Hill et de Thompson ! — pour le marathon de Montréal.

Photo ci-contre : Ron Hill au demi-marathon de St-Maurice en juin dernier (Photo Luc GYSELINCK).





naïe!... mais je l'ai été! C'est venu tout gentiment. « Jamais je ne remporterai le cross de Nations... » et j'y suis presque parvenu! Avec un peu plus d'expérience internationale à ce stade de ma carrière, j'aurais mieux réussi.

Roelants, ne ralentis plus !

Je suis allé plusieurs fois aux Jeux olympiques. Et tout à coup une médaille d'or aux championnats d'Europe d'Athènes en 1969. Je ne pouvais pas y croire, pas croire à ma chance! Quand j'ai vu Roelants craquer, je me suis dit : « Bon sang ! fantastique ! mon jour de chance ! pas mal joué... » voilà ce que je me disais en moi-même. « Pas mal joué... MON JOUR DE CHANCE ! » C'était comme le soir de Noël... « Hourrah, ça y est, j'ai réussi ! ».

Alors que je me rapprochais de l'arrivée, je pensais littéralement : « Pour l'amour du Ciel, Roelants, ne ralentis plus ! » Je pouvais l'apercevoir au loin, devant les voitures. J'étais fatigué, moulu, je pensais : « Vas-y Roelants, tu peux gagner facilement... Moi, j'ai ma médaille d'argent, je suis content. » Puis il a ralenti, et je me suis dit « Bon Dieu ! va falloir que j'essaie de le rattraper... » Mais je l'ai fait. Fantastique ! Après je ne me suis pas dit : « ça y est, je suis champion d'Europe ! » Mais : « C'est bien, j'ai eu de la chance ! » J'étais toujours le même.

Ensuite, je me suis rendu au marathon de Fukuoka, et j'ai fait 2 h 11. Je me suis dit alors : « Bien, maintenant j'arrive à courir le marathon, j'ai fait 2 h 11, ça s'est bien passé. Peut-être que je peux gagner le marathon des Jeux du Commonwealth ». J'ai réussi ensuite 2 h 10 au marathon de Boston, puis 2 h 09 à celui du Commonwealth.

C'est ainsi que ça s'est toujours passé avec moi : j'ai tendance à minimiser mes propres performances. Maintenant, les marathons courus en 1975³ ont convaincu le Ron Hill de 1975 qu'il court encore pas mal.

— D'où vient cette grande loyauté des coureurs du Nord ?

— J'étais très fort quand je courais pour le Lancashire. Et très fier quand j'étais le capitaine de l'équipe. Il faut dire que c'était une grande équipe, tellement que l'année où je fus sélectionné dans l'équipe du Lancashire, je le fus aussi dans l'équipe d'Angleterre ! De plus, cette année-là, à Sheffield, le Lancashire aurait quasiment pu, à lui tout seul remporter le Cross des Nations. Je pense que lorsqu'on appartient à pareille équipe, et avec tout le respect qu'on a l'un pour l'autre (il fallait toujours se battre pour arracher une qualification), tout cela fait que le maillot du Lancashire c'était quelque chose qu'on était fier de porter un jour.

— A l'époque, quel a été l'effet produit par les victoires en championnat national de cross ?

— Oh, fantastique ! Cela vient juste après mes médailles, pas tout à fait aussi haut que ma médaille aux championnats d'Europe, mais cela m'a donné, me semble-t-il, la plus grande des impulsions. Il faut dire que le cross-country fut sans conteste mon premier amour : je ne pouvais pas attendre que commence la saison de cross... Si je remonte jusqu'en 1955, quand le National a eu lieu à Cardington, quand je vis Gordon Pirie s'envoler dès le départ, je me suis dit — quand on lui a remis sa médaille, dans un grand hangar d'aviation — « fantastique ! ». Mais jamais je n'aurais pu penser que je le gagnerais un jour moi aussi. Avoir couru dans les profondeurs du peloton, des kilomètres en arrière, comme je l'ai fait... Et chaque année recommencer... et puis, un beau jour, remporter le championnat... c'est un sentiment indescriptible ! Une sensation qui concentre tout ce qu'on a vécu durant des années. Et c'est vous qui l'avez fait ! Vous qui vous souvenez de l'admiration que vous aviez pour celui qui l'avait fait avant vous. Et tout à coup c'est vous celui-là !

Je me souviens de 1968, deux ans après quand je l'ai gagné de nouveau : je me suis promené. C'était l'un de

ces jours... Après 4 kilomètres, Fowler et moi nous avons commencé à sprinter. Et l'on a continué... et c'est moi qui ai tenu le plus longtemps. A l'arrivée, j'ai jeté un coup d'œil derrière moi... je n'ai vu personne ! Alors je me suis dit : « C'est ça le National ! » Je pense que ce fut sans doute l'une des victoires les plus nettes : j'avais 27 sec. d'avance. C'est alors que j'aurais pu remporter le Cross de Nations. Je suis parti à Rabat avec un rhume carabiné : Gammoudi m'a battu de 6 dixièmes de seconde ! Sans ce rhume, avec la forme que je tenais, je crois que j'aurais gagné d'une seule jambe.

— Avec les années, le caractère des cross et des courses sur route a-t-il changé ?

— Aujourd'hui, il y a beaucoup plus de gens qui s'alignent au départ des courses sur route. Le niveau d'ensemble est meilleur ; c'est pourquoi il faut davantage s'entraîner pour se maintenir parmi les plus forts. Mais il y a rarement un bouleversement total parmi les « gros bras » qui mènent la course. Il faut un petit sérieux en plus pour se tenir à l'avant dans des courses relevées. A part ça, je ne vois rien de bien changé. Si, autrefois les vieux coureurs sur route, si l'on y repense, étaient du genre dur et obstiné. Aujourd'hui, il n'y a pas mal de gars qui participent à des courses pour rigoler, et prendre du bon temps. Quant au cross, il a changé un peu : les bons coureurs sur piste ont tendance à faire du cross pour entrer dans l'équipe d'Angleterre et courir le Cross des Nations... De mon temps, le cross était une fin en soi. On faisait de la piste en été pour s'entraîner. Maintenant, ce sont les meilleurs sur piste qui constituent l'équipe. Autrefois, des gars comme Adcocks, North et Mel Batty faisaient tous partie de l'équipe anglaise de cross-country.

Je me suis peu à peu désintéressé du cross. Disons que j'ai perdu mon talent de crossman. Je trouve que cela nécessite une dure bataille, et je n'arrive plus à me l'imposer. Quand je prends part à une course, et que je me donne à fond, et que je ne cours pas bien, je n'aime pas ça du tout ! C'est le seul secteur où je peux dire que « l'âge » se fait sentir. C'est triste quand on s'était habitué à s'y promener.

De même, je n'arrive plus à bien courir sur piste. J'ai complètement perdu quelque part cette faculté depuis 1969. Tout ce que j'arrive à faire, c'est d'essayer de ralentir le rythme. Je n'y peux rien, mais j'ai l'impression que c'est l'un des cas incurables, et que la cause se trouve quelque part du côté du physique. J'ai tout simplement perdu la capacité de maintenir une cadence élevée. Par chance, j'ai conservé mon aptitude à courir le marathon. Le problème c'est que j'avais tendance à considérer le marathon comme une discipline de second ordre. Pour moi, c'était la discipline du coureur de 10 000 m raté ou à la retraite. Et j'aurais aimé faire mieux sur 10 000 m. Bien que si on y repense, avoir été septième aux Jeux olympiques à haute altitude (Mexico), premier des gars vivant au niveau de la mer après Ron Clarke (qui avait passé 6 mois là-haut), ce n'est pas si mal. Et de nouveau, là-haut je me disais : si seulement j'avais pu courir le marathon : « j'ai si bien couru, qu'est-ce que j'aurais pu faire sur le marathon ? ».

— Est-ce que la course de montagne ne t'a jamais tenté ?

— Je ne vois pas comment la course de montagne peut sérieusement attirer quelqu'un ! Pour moi, ces courses sont de bons tests, amusantes par leur petit côté masochiste, et j'y ai même eu mon petit succès.

Bien plus insouciant que les fanatiques de la piste

Un des bons coureurs de mon coin s'appelait Bob Bree-croft, un international de steeple. C'était la vedette de Clayton-le-Moors. Je ne pouvais pas comprendre pourquoi Bob ne s'essayait pas aux courses de montagne. Il disait : « C'est trop dangereux, tu prends le risque de te blesser, et d'être handicapé pour la piste ». Je me disais qu'il était douillet. Maintenant, je comprends ; je vais pourtant en disputer une... demain ! On y rencontre des gens différents : des types bien plus insouciant que les fanatiques de la piste. Sur piste, c'est du sérieux : on a souvent l'impression de courir avec un couteau dans le dos !

On ne peut pas non plus réussir une carrière internationale avec la course de montagne, n'est-ce pas ? C'est seulement dès 1974 que des gars ont été invités en Suisse pour une course de montagne internationale.

³ Voir SPIRIDON No 26, pages 6 et 7, le palmarès et les performances de Hill, et notamment quels furent ses chronos aux 38 marathons qu'il a disputés.

Photo ci-contre : Hill et Stewart opposés à 125 villageois et sur 100 km à St-Gall. Starters : Clay Regazzoni et l'ex-boxeur Max Schmelling (voir aussi p. 13).

— Quel est le plus beau marathon que tu aies jamais couru ?

— Je dirai que le plus beau parcours, bien qu'en 1970 il n'ait pas fait beau — c'est sûrement celui de Boston. Il est vraiment intéressant. J'aime les courses d'un point à un autre, parce qu'on va quelque part. Boston est intéressant parce qu'il y a beaucoup de spectateurs, la route fait pas mal de zigzags, et il y a une bonne série de bosses. La fin est agréable : une descente suivie d'un bon bout droit. Fukuoka est très rapide, mais à mon avis presque « aseptique », sans rien de spécial : on n'a pas réussi à y mettre des qualités humaines. Le parcours de Manchester est un bon parcours rapide.

— As-tu déjà couru un marathon « parfait » ?

— Je pense que oui. Je crois qu'Edinburgh (en 1970, aux Jeux du Commonwealth) a constitué le point culminant de mon ascension et, si tu veux, une manière scientifique de réunir toutes les conditions. J'ai couru les dix premiers miles en 47:45, passé en 1 h 37:30 aux 20 miles (32 km 200). Puis, après avoir liquidé « l'opposition », il s'agissait de couronner le tout. Donc pas de panique, relâche-toi, oublie les records ; tout ce qui compte c'est la médaille d'or. Alors, en avant, tourne à gauche, la dernière longue montée, sans forcer, dans le stade, pas d'héroïsme gratuit, finis tranquillement ta boucle et achève ta course. C'est de la spéculation que de se demander comment j'aurais pu aller plus vite si j'avais cherché uniquement la performance. Dans une course comme celle-là, vous vous lancez pour la médaille. Vous visez le titre, et non le temps. Et j'ai réussi les deux*.

Jon Wigley et Ron Hill

(tiré de « Athletics Weekly » et adapté en français par Michel JOSSEN et Noël TAMINI)

* Vainqueur en 2 h 09'28" (2e meilleur temps jamais réalisé en marathon).

Amateurs, semi-professionnels
ou professionnels,

photographes de tous les pays

illustrons mieux encore notre revue !

Adressez-nous vos photos noir-blanc
bien contrastées, papier glacé,
format 13 x 18 cm ou plus
avec au dos (écrire au stylo feutre) :
votre adresse complète, sujet et date de
votre photo.

Toute photo publiée ensuite
dans SPIRIDON, vous sera rémunérée
au prix de **30 FS, 50 FF, 400 FB,**
ou **10 dollars US**

Dans chaque numéro de SPIRIDON
environ 16 pages de photos inédites.

SPIRIDON, 1922 Salvan (Suisse).

LE GRAND FOND A STYLE LIBRE



3^e Edition

- HYGIENE DE VIE
- L'ENTRAINEMENT : du débutant du dilettante, du spécialiste.
- L'EQUIPEMENT
- LES BLESSURES
- L'ALIMENTATION : le rôle capital de l'alimentation avant, et surtout pendant les efforts de longue durée Etc... etc...

A commander à

Serge COTTEREAU - B.P. 55
12400 St-AFFRIQUE - France

A découper ou à recopier

Je désire (par retour du courrier) livre(s)
« Le grand fond à style libre » 3^e édition
Nom.....
Prénom.....
Rue et n°.....
N° postal et localité.....
Pays..... Signature

Conditions avantageuses pour commandes groupées

Paiement 33 F.F. (port compris)
3 formules au choix (pour tous pays)

- Paiement joint à la commande
Chèque bancaire - Mandat - Chèque postal
C.C.P. 210124 Montpellier
- Paiement après réception
Mais si ce livre vous déçoit vous le renverrez
dans les trois jours sans rien devoir
- Contre-remboursement
(plus frais de contre-remboursement)

Spiridon-Club de Suisse

Cotisation : 14 fr. plus abonnement à SPIRIDON
CCP 19 - 10 762 Spiridon-Club de Suisse
Adresse : Michèle Miéville, 1923 Les Marécottes

Le 13 juin 1976 restera une date importante dans l'histoire du Spiridon-Club de Suisse. En effet, c'est ce jour-là, quelques heures après le demi-marathon de Saint-Maurice, organisé à la mémoire de Maurice Coquoz, que s'est tenue la première assemblée générale de notre mouvement. Ce fut un grand succès, pour plusieurs raisons :

— D'abord, grâce aux recommandations du club organisateur du demi-marathon (Club des cheminots et SFG St-Maurice), les autorités bourgeoises de l'histoire citée valaisanne ont mis gracieusement à la disposition du SCS leur salle des réunions sise à l'Hôtel de Ville. C'est donc dans un décor d'une profonde noblesse et d'une grande richesse artistique que le Spiridon-Club de Suisse a pu accueillir ses membres.

— Ensuite, spontanément, deux maisons de l'endroit ont fait le geste qui permet, en pareille occasion, de prolonger le souvenir : la Maison Fils Maye S. A., en offrant le vin d'honneur, et la Maison Vuilloud, en fournissant, dans un étui gravé au nom du SCS, le verre-cadeau pour le boire.

— Enfin, tous les membres du Spiridon-Club de Suisse présents (ou absents, mais de cœur avec nous), qui étaient près d'une centaine, remplissant la salle bourgeoise jusque dans ses derniers recoins. La plupart — il faut le relever — avaient participé, le matin, sous un soleil de plomb, à l'éprouvante mais combien émouvante épreuve du demi-marathon. C'est là un des éléments qui caractérisent les Spiridon-Clubs : des coureurs au service des coureurs. Courir avant de parler, comme on pétrit la pâte avant de cuire le pain.

En dehors des membres et des principaux collaborateurs du SCS présents, ont assisté à nos débats : M. Roger Udriot, président de la Municipalité de Saint-Maurice, MM. Vœttray, Schnorck et Pulpe, représentant les organisateurs du demi-marathon, Claude Hiver, président de la commission des vétérans du Spiridon-Club de France, alors que les frères Gyselneck, du Spiridon-Club de Belgique, avaient dû repartir chez eux avant le début de la séance.

APPEL !

Avec Jean-Claude Pont qui se dévoue à la cause du calendrier des courses hors-stade, je lance un appel vibrant aux organisateurs : annoncez au plus tôt vos épreuves de la saison prochaine (novembre 1976 - octobre 1977). Une formule toute prête figure à cet effet au centre du calendrier d'été 1976. Si vous désirez que les coureurs assurent le succès de votre manifestation, le nom de votre course doit figurer au calendrier. A vous, organisateurs, de faire le nécessaire pour qu'il en soit ainsi. Après la mi-septembre, il risque bien d'être trop tard. (Pour mémoire voici l'adresse de Jean-Claude Pont : Rue de Glarey 40 b, 3960 SIERRE. Tél. (027) 55 22 85).

Des paroles mais surtout des actes !

Arrêtée au 13 juin, la liste des membres du Spiridon-Club de Suisse compte 357 membres. C'est un bel effectif, encore insuffisant, pourtant, me semble-t-il. J'ai rappelé, à St-Maurice, combien étaient importantes les actions lancées et les initiatives prises par les responsables du SCS, dans le seul but de servir la cause de la course à pied et les intérêts des coureurs :

— élaboration du calendrier des courses hors-stade, — assistance-conseil aux organisateurs et aux coureurs ;

— préparation d'un règlement des courses hors-stade et d'une brochure-conseil à l'attention des organisateurs,

— interventions, au niveau national et international en faveur des coureurs d'élite (invitations - déplacements - échanges, etc.),

— encouragement à la création d'épreuves et de formules nouvelles (« tout le village court », par exemple) dans le but de permettre la participation la plus large possible ;

— campagne en faveur de l'admission des jeunes et des femmes aux épreuves de longue distance,

— négociations avec les fédérations au plan national et international,

— enfin, rédaction des statuts.

Tout ceci — et je n'ai cité que les principaux points de notre activité — est le fruit de l'enthousiasme le plus pur et le plus désintéressé. Mais, pour qu'une initiative, quelle qu'elle soit, éveille la confiance et soit crédible, il faut qu'elle repose sur une base solide, à savoir, dans le cas du SCS, les membres ! (Voir conditions d'adhésion en tête de cette rubrique).

Comptes équilibrés

La cotisation a été maintenue à Fr. 14.— par année. Les coureurs qui ont compris tout le bien qu'il peuvent retirer du Spiridon-Club sont certainement conscients que ce n'est pas beaucoup : de quoi payer les frais d'administration, étant bien entendu, que lors des diverses réunions auxquelles ils participent (j'ai moi-même assisté à une dizaine de séances, en 1975-76, avec le SGVL, la FSA, les fédérations étrangères, etc.) les responsables du SCS se déplacent à leurs propres frais. Les comptes sont équilibrés et c'est là l'essentiel. Peut-être nous permettront-ils dans un avenir plus ou moins proche, de faire imprimer du papier à lettre à en-tête du SCS !...

De l'officieux à l'officiel

Comme je l'ai dit en cours d'assemblée, la fusée Spiridon-Club de Suisse est partie et sa courbe ascendante est bonne. Il s'agit, maintenant, de la mettre sur orbite. Actuellement, notre club repose sur une structure officieuse et provisoire. Pour l'officialiser, il faut lui donner des statuts. Ce sera le prochain pas important de notre activité. Ce document est actuellement à l'étude et, avec l'aide de notre ami Luc Epiney, coureur, avocat et notaire valaisan bien connu, nous pensons pouvoir le soumettre à l'approbation des membres le 19 septembre déjà, dans le cadre d'une assemblée extraordinaire prévue à Genève, avant ou après le départ de la course Genève-Le Salève. A cette occasion aussi, le comité du SCS sera définitivement formé. D'ores et déjà les candidatures ou propositions concernant des membres susceptibles d'y occuper un poste de façon dynamique sont les bienvenues.

Un autre appel !

Les membres du Spiridon-Club de Suisse ou autres lecteurs de Spiridon qui pensent pouvoir trouver, grâce à leurs connaissances ou relations, une annonce publicitaire pour le prochain calendrier des courses hors-stade sont priés de prendre contact avec Yves Jeannotat, EFGS, 2532 Macolin. Tél. (032) 22 56 44. Nous tenons absolument à maintenir une distribution gratuite de ce document. Mais à la condition que vous nous y aidiez.

Fondation d'une section suisse alémanique du SCS

Hans Hugentobler, un de ces enthousiastes inconditionnels qui permettent, un peu partout dans le monde, aux idées apparemment les plus utopiques (« Spiridon », par exemple !) de se concrétiser, était à St-Maurice le 13 juin. C'est que le point central de l'assemblée devait être — et il le fut — la création d'une section suisse alémanique du SCS. Or, notre ami saint-gallois avait accepté de prendre ses premières destinées en main. Les bonnes volontés, ceux qui y croient, les « purs » sont nombreux outre-Sarine et, lorsqu'ils ont donné leur confiance leur dévouement et sans bornes (je pense tout particulièrement à Manfred Dysli). Il ne fait aucun doute que la course à pied, animée par l'esprit Spiridon, connaîtra un essor nouveau dans ces régions, pour le bien-être et le plus grand bonheur des pratiquants d'abord.

(Suite à la p. 53, 2e col.)

Spiridon-Club de France

Cotisation : 20 F + abonnement à SPIRIDON
pour y adhérer : Guy JOUVENELLE
45, ch. des Joncherolles, bât. D 1
93380 Pierrefitte

C'est fait ! Les vétérans auront leur catégorie officielle, tout comme les seniors, les juniors, les cadets, et ils pourront donc en découdre entre eux dans un programme athlétique traditionnel d'où seront néanmoins exclues, sans doute et par prudence, certaines disciplines, telles que le saut à la perche et le lancer du marteau. Cela reste à débattre au sein de la Commission nationale des vétérans, présidée par Claude Hiver, et qui a été reconvenue au congrès de Lille par les instances suprêmes de la FFA. La composition définitive de cette commission n'est pas encore connue, mais il s'avère certain que bon nombre de Spiridoniens en feront partie. Ce n'est que justice, dans la mesure où le Spiridon-Club de France a bien fait avancer les choses.

Par ailleurs, nos contacts avec la FFA ont repris et les deux parties ont désormais convenu de se rencontrer à dates fixes. Le mode de qualification au championnat national de marathon (selon le temps réalisé sur la distance du marathon), l'allongement souhaité pour les distances de cross et l'établissement d'un calendrier cohé-

rent des épreuves hors stade — en évitant notamment la concurrence avec les épreuves classiques sur piste — constituent le plat de résistance de nos prochaines réunions communes.

Lors d'une réunion d'information tenue à Mende, la veille de la grande course lozérienne, le bureau du SCF avait invité les athlètes présents à lui signaler les épreuves dont l'organisation par trop défectueuse en compromettrait le bon déroulement. Ainsi que celles à but strictement lucratif. Dès l'an prochain, un label de qualité pourra être accordé par le Spiridon-Club de France, qui recommandera donc à ses adhérents la participation à telle compétition. Inversement, et dans des cas extrêmes, le boycott sera également conseillé. Avec par la revue SPIRIDON (avec l'accord du rédacteur, bien entendu — c'est d'accord ! NT) toute la publicité qui viendra.

Plusieurs Spiridoniens se sont étonnés en outre du nombre de plus en plus grand des non-licenciés « professionnels ». Il est recommandé aux organisateurs d'avoir l'œil sur cette nouvelle espèce de parasites. S'il est bien normal qu'un athlète qui ne participe chaque année qu'à une ou deux épreuves sur route ne prenne pas de licence, il n'est pas tolérable que certains coureurs viennent raffer régulièrement les premières places — et éventuellement décourager certains vrais néophytes ! — dans les épreuves pour non-licenciés, tout simplement parce que la concurrence y est moins grande qu'ailleurs. On ne saurait trop encourager nos membres à se licencier auprès d'un club : les avantages, notamment sur le plan de l'assurance — l'emportent sur les inconvénients. Une idée fait actuellement son chemin en direction de son application : les dix premiers non-licenciés d'une course n'y seraient plus admis l'année suivante qu'avec les licenciés.

Les organisateurs qui lisent SPIRIDON (et ils sont nombreux !) trouveront ci-contre un questionnaire leur permettant de présenter leur épreuve. Prière de remplir, puis de le découper (ou de le photocopier) et de l'adresser jusqu'au 1er novembre au plus tard à Alain Lunzenfichter, 1, allée des Myosotis, 93000 St-Denis.

Nous sommes aujourd'hui près de 700, mais une trentaine d'adhérents de 75 n'ont pas encore renouvelé leur cotisation pour 1976. Qu'ils ne tardent plus ! Par ailleurs, les membres qui ont adhéré l'an passé et qui n'auraient pas reçu leur insigne sont priés de se faire connaître en écrivant à Guy Jovenelle, qui réparera cette omission.

A l'occasion d'un récent déplacement en compagnie des athlètes français, Bobes, Hecquet, Hereau, sélectionnés pour disputer le traditionnel marathon de Milton Keynes, Alain Lunzenfichter, membre du bureau national du Spiridon-Club de France, a noué des contacts avec M. John Jewell, chargé des relations avec l'étranger au Road Runners Club (RRC) anglais, et avec M. Bryan Doughty, président de cette association.

L'occasion nous est ainsi donnée de nous faire mieux connaître de nos amis anglais, dont l'organisation exemplaire se traduit par la publication bimestrielle d'une brochure de qualité relatant les activités du RRC et regroupant les principaux résultats des différentes épreuves. Il suffit de consulter cette revue pour déplorer l'absence totale d'informations provenant de France. Il est donc désormais permis d'espérer que la collaboration va s'intensifier entre nos deux associations, puisqu'elles sont composées de personnes qui défendent un même idéal.

A l'attention des organisateurs de courses de FOND (1) et de GRAND FOND

Questionnaire

pour l'établissement du prochain calendrier
(1. 11. 76 au 31. 10. 77)

(Ecrire en caractères d'imprimerie)

- 1) Date
- 2) Heure
- 3) Lieu
- 4) Dénomination exacte de la course
.....
- 5) Genre de course (2)
(R) Route
(C) Cross
(M) Montagne
(P) Piste
- 6) Distance
- 7) Droit d'engagement
- 8) Société ou club organisateur
- 9) Responsable ou correspondant
- Adresse exacte
- Téléphone
- Privé : Prof. :
- 10) Observations

A retourner avant le 1er novembre 1976 à :
Alain Lunzenfichter,
1, allée des Myosotis, 93200 St-Denis.

Attention, seuls seront pris en considération les organisateurs qui auront retourné dans les délais le questionnaire ci-dessus.

- (1) A partir de 5 km
- (2) Cocher la case correspondante.

A Saint-Livres

le 25 septembre 1976, dès 9 h

Cross de 10 km

(Courses pour juniors et minimes :
dès 13 h 30)

Organisation de jeunesse,

1171 Saint-Livres (Suisse)

Dimanche 24 octobre, à 15 h

Semi-marathon international

Saint-Pol de Léon - Charlaix (22 km 700)

Inscription **gratuite** et nombreux prix (produits bretons à tous les arrivants).

Diplôme à tous (toutes) les classé(e)s

Possibilité d'hébergement complet et gratuit dans une colonie de vacances (mais à condition de respecter le délai d'inscription !)

10 coupes : féminines, juniors, seniors, vét. I et II, militaires

Renseignements et engagements (jusqu'au 10 octobre) :

Pierre LE DAIN

11, rue Gustave-Flaubert
St-Martin-des-Champs

29210 Morlaix (France)

N. B. - Présence de nombreux coureurs britanniques, seniors et vétérans, grâce au concours des BRITANNY-FERRIES (ligne Roscoff-Plymouth) - Grande fête foraine sur les lieux de l'arrivée.

Avec la chaleureuse recommandation de SPIRIDON (NT)

Dimanche 5 septembre à 17 h.

Semi-marathon d'Ay-Champagne (21 km)

Ouvert à tous et à toutes.
Nombreuses coupes, médaille à chacun, nombreux prix.

Droit d'inscription : Fr. 10.—.

Bernard Vinot,

10, rue de la Pépinière,

51160 Ay (France)

N. B. - Ay-Champagne se trouve à 25 km. de Reims et à 150 km. à l'est de Paris.

Samedi 4 septembre prochain dès 14 h. à Avenches (Suisse)

Cross du Centenaire (autour des ruines romaines).

Courses populaires de 1 à 7 km.,
10 km. 500 pour licenciés.

Prix à tous.

S'adresser à : **SFG Avenches,**

R. Friedli, derrière la Tour,

1580 Avenches (Suisse)

Le 7 novembre 1976 à 12 heures

à Saint-Hilaire-Cottes

(entre Béthune et Aire-sur-la-Lys)

2e circuit pédestre (15 km.)

Ouvert à tous et à toutes.

Prix à tous les classés (prix spéciaux pour vétérans et féminines).

Engagements : 3 FF.

Christian Davion, 7, rue du Moulin

62190 Bourecq (France)

Marathon et double marathon à Recht (B)

(avec marche 10 km, 20 km, 42 km,
et 84 km.)

Départs: samedi 11 septembre à 13 h.
et dimanche 12 septembre à 8 h.

Double marathon : en 2 jours

Routes en bon état,
parcours mesuré officiellement

Inscriptions :

VSGK Recht, rue de l'Etang 25,
4785 Recht (Belgique)

Avec des sentiments mélangés

Un reportage exclusif de
Raymond Pointu *, journaliste aux Jeux olympiques de Montréal

« Pour courir comme Viren, buvez du lait de renne ». Cela ferait un beau slogan publicitaire, sans qu'on puisse toutefois garantir le résultat à ceux qui s'y conformeraient. Le Finlandais ne s'est-il pas, en effet, moqué du monde en affirmant que c'était là le secret de ses succès ? Prendrait-il les journalistes et tous ceux qui ne sont pas nés de la dernière pluie en matière de course à pied pour des jobards ? Toute personne qui n'en est pas à ses premières foulées sait cela : s'il faut des années de patience pour mûrir un talent — pour « éclater » dit-on dans notre jargon — une fois le seuil de la grande classe internationale franchi, l'excellence des résultats dure ensuite pendant des années. Il en alla ainsi dans le passé, pour les grands champions que furent Kolehmainen, Nurmi, Reiff, Zatopek et Kuts, pour ne citer qu'eux.

Laissons donc aux gogos et à ceux qui se soucient davantage de vendre du papier journal que d'exercer leur esprit critique de journaliste, le loisir de s'extasier devant la « performance » de Lasse Viren, premier coureur pouvant se targuer d'avoir gagné deux fois de suite le 5000 m et le 10 000 m olympiques.¹ Et voyons un peu le classement de ce champion-là après ses succès munichoïses. En 1973, sur la liste des meilleures courses de l'année sur la première distance, on le pointait en 8e position avec un temps de 13'28". En 1974, il était 11e (13'24"6); en 1975, 28e (13'34"6). S'agissant du 10 000 m, il fut successivement les mêmes années, 15e (28'17"8), 25e (28'22"6) et 24e (28'11"14). Ces résultats sont-ils dignes de quelqu'un qui vient d'accomplir un exploit sans égal dans toute l'histoire de l'athlétisme et qui n'avait commencé à se manifester au niveau supérieur cette saison qu'à partir du mois de juin ?

On veut bien que Viren ait connu des ennuis de santé au cours de l'olympiade qui s'est achevée à Montréal, un sinus défectueux contrariant sa respiration et plusieurs blessures retardant sa préparation. On admet qu'un séjour sur les hauts plateaux du Kenya ait permis son soudain regain de forme. Tout de même, le programme d'entraînement mis au point par son mentor, Rolf Haikola, n'est pas révolutionnaire au point de justifier l'insupportable.

Un curieux procédé

Quelles sont les grandes lignes de ce programme ? En hiver, trois séances l'amenant à parcourir 35 à 48 km par jour, avec de temps en temps des courses à ski de fond. Avec l'arrivée des beaux jours, un accent porté sur le travail de la vitesse, de la force et du rythme au détriment de l'endurance. Mais pas de poids et haltères, l'amélioration de sa puissance résultant du parcours répété d'une montée de 800 m. En été, pas d'interval-training sur une piste, mais un travail en fartlek consistant à incorporer des sprints de 50, de 100 ou de 400 m dans des courses faciles d'une trentaine de kilomètres. On le voit, rien de bien neuf.

Comment, dès lors, empêcher que les rumeurs qui circulent à propos du prodigieux Finlandais prennent consistance ? N'ont-elles pas été corroborées à Montréal même par différents avis médicaux ? Depuis longtemps, on suspecte Viren d'avoir recouru à un procédé de dopage consistant à stimuler par un prélèvement de sang le processus de régulation globulaire de l'organisme. Ainsi déclenche-t-on, à partir de l'état de manque créé, l'activation et la multiplication des globules rouges. Quand on réinjecte le sang prélevé, on obtient pendant

quelque temps une polyglobulie (nombre excessif de globules rouges), le processus d'activation et de multiplication ne s'arrêtant pas immédiatement et des globules rouges étant rajoutés. L'excès de ces globules améliorerait alors l'oxygénation des tissus musculaires, retarderait l'apparition des effets de la fatigue et donnerait un coup de fouet autorisant de meilleures performances.

Si l'on retient cette hypothèse, on interprète mieux certaines courbes de forme médiocres présentant des pointes extrêmement brèves et élevées. On comprend mieux comment Viren, contre toute logique, avait déjà réussi à Munich l'exploit extravagant consistant à surclasser dans le 10 000 m les meilleurs coureurs du monde, lesquels s'étaient spécialement préparés pendant quatre ans pour cette finale, en battant le record de la distance (27'38"4). Le plus ahurissant, c'est qu'il était tombé peu avant la mi-parcours. L'année précédente, Väättäinen avait commencé à éveiller les soupçons en remportant le 5000 m et le 10 000 m des championnats d'Europe d'Helsinki, malgré des courses « en accordéon ». L'année suivante, la victoire de Pääväranta dans le cross international de Waregem les avait augmentés. N'y a-t-il pas là tout un faisceau de préventions qui pèsent lourd ?

La carrière de Puttemans, qui est en quelque sorte le négatif de celle de Viren, se rapproche davantage des normes déçagées par l'histoire de la course à pied. Hélas ! le Belge, qui bat des records à longueur d'année, se ronge d'inquiétude et se vide nerveusement comme une pile à mesure que le moment décisif arrive (voir photo de la page 29). Ce fut pitié de le voir abandonner dans la finale du 10 000 m, après avoir été lâché aux 5400 m, alors que le train n'était pas excessivement rapide (14'08"94 aux 5 km). Dans le 5000 m, il ne passa pas même le tour des épreuves de qualification, sortant de la piste à deux tours de l'arrivée de sa série. Combien on eût préféré le voir monter sur la plus haute marche du podium deux fois, à la place de Viren.

Du lait tous les matins...

Un Viren qui, pour obtenir sa première victoire, profita de façon éhontée du travail du petit Portugais Carlos Lopes. Sentant bien que l'allure n'était pas assez rapide (8'33"37 aux 3000 m), celui-ci se porta en tête aux 3500 m et ne quitta plus cette position. Brendan Foster fut lâché au 8e km. Pour parvenir à décrocher Viren, il eût fallu que Lopes changeât fréquemment de rythme et allât encore plus vite. Mais le pouvait-il, lui qui avait porté cette saison son record personnel à 27'45"8 ? A 450 m du but, le Finlandais attaqua donc pour gagner, grâce à une pointe de vitesse terminale supérieure, en 27'40"38. C'est au cours de la séance d'interview qui suivit qu'il déclara avoir passé l'année 1973 à fêter ses succès munichoïses, expliqua son éclipse en 1974 et 1975 par des blessures et mit son retour au premier plan cette saison sur le compte du lait de renne qu'il boit tous les matins. Dire que ses déclarations indisposèrent les journalistes est encore peu dire.

On n'avait pas beaucoup apprécié, non plus, sa précipitation, une fois la ligne d'arrivée franchie, pour se déchausser. Ses souliers à pointes à la main, bien en vue des caméras de télévision opérant pour les millions d'yeux du monde, il avait fait un tour d'honneur qui fut surtout un tour de déshonneur. On savait depuis longtemps que les fabricants de chaussures graissaient la patte aux coureurs. Mais aucun de leurs « employés » n'avait encore poussé la complaisance aussi loin. Viren avait bien mérité de l'industriel japonais qui, sur le marché de la chaussure sportive, cherche à torpiller Adidas et Puma. Une enquête dira s'il a dépassé les limites du supportable pour le Comité olympique international.

Aiguillonné sans doute par le déluge de critiques qui s'était abattu sur sa tête, il montra davantage le bout

* Tous ceux qui ont admiré les exploits d'Alberto Juantorena liront avec plaisir «Cuba, sport en révolution», un livre écrit par Raymond Pointu, en collaboration avec Roger Fidani, et que l'on peut obtenir en adressant 33 FF (soit environ 16 francs suisses), port compris à cette adresse : Raymond Pointu, 18, av. de Paris, 94300 Vincennes (France).

¹ Voir à la p. 26 un avis différent d'Yves Jeannotat.

du nez dans la finale du 5000 m et garda ses chaussures aux pieds après sa deuxième victoire. En fait, la première fois qu'il se retrouva en tête, ce fut surtout le hasard qui le porta là. Le train était, en effet, très lent (5'26''39 aux 2 km, soit l'allure d'un 5000 m en 13'55''). La deuxième fois, alors que Foster venait de secouer le peloton et que Hildenbrand l'avait relayé, ce fut plus sérieux. Menant aux 3900 m, Viren réagit bien quand l'Allemand l'attaqua à l'entrée du dernier virage, avec à ses trousses les Néo-Zélandais Quax et Dixon. De telle sorte qu'il conserva l'avantage, Hildenbrand venant coiffer Dixon sur le fil avec une belle énergie pour la troisième place.

C'est égal, d'autres champions devaient montrer au cours de ces Jeux une supériorité moins discutable. John Walker, par exemple, qui, en l'absence du recordman du monde Filbert Bayi (3'32''2), était incontestablement le numéro un sur 1500 m. Pourtant, éliminé le 23 juillet dans la deuxième série du 800 m en 1'47''63, le Néo-Zélandais n'était pas au mieux de sa forme. Il est vrai que, deux semaines plus tôt, ses jambes étaient encore entre les mains du kinésithérapeute suédois Sabri Perkoesser. Comme l'année précédente et comme cet hiver au cours de sa tournée aux Etats-Unis, ses tendons le faisaient souffrir. Depuis trois ans, n'avait-il pas couru pratiquement sans interruption, passant d'un hémisphère à l'autre pour atteindre deux fois le sommet de sa forme et multiplier les exploits ?

La leçon de Jack Lovelock

Les six jours qui le séparait des séries du 1500 m, il les passa à travailler sa vitesse. L'absence de Bayi changeait, en effet, totalement les données de la finale. Au lieu d'une épreuve de force, nous aurions une course d'attente. D'autant plus que, parmi les finalistes possibles, figuraient les excellents spécialistes du 800 m que sont le Belge Ivo Van Damme et l'Américain Rick Wohlhuter, ainsi que le rapide Irlandais Eamon Coghlan. Lorsque la cloche tinta, Walker n'était encore qu'en cinquième position. Le train n'avait pas été spécialement rapide (400 m en 1'02''48, 800 m en 2'03''15 et 1200 m en 3'01''23) et c'est pourquoi il put répondre vigoureusement à l'attaque placée par Rick Wohlhuter à 300 m. du but.

Au demeurant, ce déclenchement des hostilités correspondait précisément à ses plans. Avant qu'il ne quittât la Nouvelle-Zélande, son compatriote Peter Snell lui avait rappelé que les grands 1500 m avaient souvent été gagnés par le concurrent attaquant à cet endroit. C'est ainsi, notamment, que Jack Lovelock, un autre Néo-Zélandais, avait triomphé aux Jeux de Berlin, en 1936, en surprenant tout le monde. Walker ne l'avait pas oublié. Lorsqu'on lui demanda après sa victoire comment il voyait l'avenir sur cette distance, lui qui a été le premier homme à courir le mille en moins de 3'50'' (3'49''4), il répondit qu'il se sentait capable d'améliorer son record de deux secondes. Mais, précisa-t-il, pour tendre vers la limite absolue qui se situe vers 3'40'', il faudra un spécialiste ayant la stature et la vitesse du Cubain Alberto Juantorena**. On avait effectivement déjà bien vu que les petites natures comme Wohlhuter (1,75 m et 59 kg) n'avaient plus guère de chances de s'illustrer. A peine l'Américain avait-il amorcé son attaque, qu'il s'était trouvé débordé par Walker (1,86 m et 75 kg), Van Damme (1,91 m et 78 kg) et l'Allemand Paul Wellmann (1,81 m et 70 kg).

De Juantorena, qui fut une des vedettes de Montréal, parlons-en. Avant de gagner le 400 m en réalisant la meilleure performance mondiale au niveau de la mer (44''26 contre 43''81 pour Lee Evans à Mexico), et ceci à l'occasion de sa septième course en cinq jours, il avait établi un nouveau record du 800 m en 1'43''50 (l'ancien appartenait à l'Italien Marcello Fiasconaro avec un temps de 1'43''7).

Sans l'obligation faite aux coureurs de demeurer dans les couloirs sur une distance de 300 m et qui l'obligea à parcourir le premier tour en 50''85 pour déboucher en tête, il serait sans doute encore allé plus vite. C'est d'autant plus probable que les attaques de l'Indien Sriram Singh, au moment où sonnait la cloche, et de Wohlhuter, aux 600 m, l'amènèrent à forcer son rythme en deux occasions. Son effort ne fut donc pas régulièrement réparti. Courir la première moitié d'un 800 m plus rapidement que la seconde, notamment, n'est

physiologiquement pas la meilleure façon de battre des records. L'histoire de l'athlétisme l'a suffisamment prouvé.

Archétype

Quoi qu'il en soit avec sa taille de 1,91 m et ses 84 kg, sa vitesse de base exceptionnelle, sa résistance qui ne l'est pas moins, sa foulée à la fois longue, puissante et souple, Juantorena figure l'archétype du coureur de demi-tour court actuel. Un archétype dont Fiasconaro avait déjà donné une idée et dont se rapproche Ivo Van Damme, qui a sur 400 m un record personnel de 46''4 et se classa second tant sur 800 m que sur 1500 m.

L'étonnant, c'est que le Cubain soit parvenu à gagner le 400 m et le 800 m, ce que personne avant lui n'avait pu faire. Certes, le Jamaïcain Arthur Wint avait bien obtenu une médaille d'or et une d'argent sur les deux distances aux Jeux de Londres. Mais c'était en 1948. A l'époque, la concurrence était moins grande et la spécialisation moins poussée. Depuis, on avait abandonné l'idée de faire mieux. Si la chose paraissait impossible, c'est que les deux distances, qui appartiennent à des genres très différents contrairement aux couples bien connus 100-200, 800-1500 et 5000-10 000, marquent la frontière entre le sprint et le demi-fond.

Autre sujet d'étonnement : avant d'arriver à Montréal, Juantorena avait fort peu couru sur 800 m. La toute première fois en 1973, il avait été chronométré en 1'49''8. Il recommença l'année suivante. Il faut croire que l'expérience fut jugée concluante (1'50''9), car il attendit deux ans avant de la renouveler. Il avait donc parcouru deux fois la distance en 1'46''9 et 1'46''1 cette saison lorsque, au début d'une tournée en Europe, résonna dans le ciel de la petite ville italienne de Formia un fameux coup de tonnerre. Non seulement Juantorena avait battu l'excellent spécialiste qu'est le Tchèque Josef Placy, mais il avait établi en 1'45''2 la meilleure performance mondiale du moment. L'athlète et ses dirigeants, qui devaient finalement jouer sur les deux tableaux, durent ensuite longuement s'interroger à propos des meilleures possibilités de victoire.

Pour sa part, la Soviétique Tatiana Kazankina, était apparemment barrée sur 800 m par sa compatriote Valentina Gerasimova, qui venait d'établir un nouveau

Dimanche 7 novembre 1976

1er Tour de Neuchâtel

Course en forêt (10 km.)

Cat. : élite, vétérans, féminines, juniors.

Ouvert à tous et à toutes.

Inscriptions : 5 fr. au CCP 20-9704 du Footing-Club Neuchâtelois, case postale 538, 2001 Neuchâtel (Suisse)

Dimanche 10 octobre 1976

1er Tour de la Gittaz de Ste-Croix

Cross populaire ouvert à tous et à toutes
3 km pour cadets ;

10 km pour les autres catégories

Renseignements et inscriptions :

Robert MUTRUX, avenue de Neuchâtel 1
1450 Sainte-Croix (Suisse)
Tél. (024) 61 10 79

** voir la note au bas de la page 16

Dimanche 17 octobre 1976
à 13 h. 30

Ive ascension du Mont-Revard (21 km)

épreuve CIME, cat. B

Prix-souvenir à chacun

Délai d'inscription : 1er octobre.

Sylvain Cacciatore, A. S. A.
22, rue de Genève
73100 Aix-les-Bains (France)

N. B. — Cette épreuve est jumelée avec la course Genève-Le Salève, qui aura lieu le 19 septembre. Prix spéciaux aux coureurs ayant participé à ces deux épreuves CIME.

Samedi 16 octobre

4e Tour pédestre d'Onex (9 km.)

+ différentes courses par catégories et relais.

Inscriptions : **CGA Onex**,
case 117, **1213 Onex** (Suisse)

Délai : 8 octobre.
Tél. (022) 92 62 84 ou 92 30 25.

N. B. - Onex est situé dans la banlieue de Genève.

24 Heures pédestres du Mans

le 31 octobre dès 17 h.

sur le circuit Bugatti (4235 m.)
A. Formule individuelle : cat. seniors, vét. I, vét. II, féminines
B. Relais libre par équipes de 4 (les Spiridon-Clubs régionaux peuvent former des équipes).

Catégorie unique.

Renseignements :
Duquesnoy, C. E. S.
72160 Connerré (France)

Le 24 octobre dès 15 h.

Tour de Houilles

9 km. pour seniors, juniors et vétérans
3 km. (1 boucle) pour féminines et cadets.

Nombreux prix.

Départ et arrivée devant la mairie.

Engagements : Fr. 3.—

(gratuit pour cadets).

M. Lemaire, 10, rue Thiers
78800 Houilles (France)

Dimanche 7 novembre dès 9 h. 15 *

XIIIe cross international de Troistorrents

sur un magnifique circuit de 920 m.

(vainqueur en 1975 : Jon Wigley, GB)

17 catégories (de 920 m. à 9 km 200)

Prix-souvenir : à chaque arrivant.

Nombreux prix et coupes.

Taxe d'inscription : 10 fr. (8 fr. pour juniors et cadet(te)s A ; 4 fr. pour cadet(te)s B et écoliers), à verser au CCP 19-8173, Ski-Club Troistorrents.

Délai d'inscription : **22 octobre**
à l'adresse : SC Troistorrents, case 8,
1872 Troistorrents (Suisse).

* dès 13 h. pour populaires, vétérans et élite.

N. B. Troistorrents se trouve à quelques kilomètres de la Savoie et la course est organisée avec la collaboration de SPIRIDON.

A Bussigny-près-Lausanne

le dimanche 14 novembre dès 9 h. 30

IIIe cross de la Venoge

Course populaire ouverte à tous et à toutes.

Organisation et inscriptions :

Ski-Club de Renens,
case postale
1020 Renens (Suisse)
Tél. (021) 34 35 59.

record du monde en 1'56" alors qu'elle-même avait dû attendre le match France-URSS pour obtenir pour la première fois de sa carrière un temps inférieur à 2' Or, Gerasimova a été éliminée au cours des demi-finales en 2'01" et Kazankina a gagné le 800 m (1'54"94) et le 1500 m (4'05"48). Sur sa moins bonne distance, elle a donc établi un nouveau record du monde, cependant qu'elle s'est contentée de gagner au sprint dans la course la plus longue, celle dont elle détenait pourtant le record du monde (3'56").

Très timide

Dans les deux cas, elle ne laissa strictement aucun espoir à ses concurrents. Quand les muscles font bien mal dans la dernière ligne droite, ce petit bout de femme extrêmement légère (1,62 m et 47 kg) conserve un style aérien et double tout le monde irrésistiblement. L'Allemande de l'Est Gunhild Hoffmeister (32 ans), qui fut 3e du 800 m et 2e du 1500 m à Munich, et court après une médaille d'or depuis des années, croyait bien la tenir lorsqu'elle fut ainsi doublée à quelques mètres du fil. Il faut saluer cette grande championne, député au parlement de son pays, qui sur conserver le sourire dans la défaite. De Kazankina, qui affectionne de lancer son sprint, comme nagueuse Dave Wottle, alors qu'elle se trouve en queue de peloton, on ne sait pratiquement rien. Sinon qu'elle est née à Leningrad le 11 décembre 1951. Il ne faut pas trop compter sur elle pour en apprendre plus, car elle est très timide. Depuis 1971 (4'19" au 1500 m, elle semblait avoir touché les limites de ses possibilités (4'07"9 en 1975). Le bond en avant considérable qu'elle vient d'effectuer cette année récompense parfois les coureurs qui ne désespèrent pas.

L'Allemand de l'Est Waldemar Cierpinski en a fait un semblable cette saison. Lorsque les 67 concurrents du marathon s'élançèrent samedi 31 juillet à 17 h.30, rares étaient ceux qui misaient sur lui pour la victoire. On citait beaucoup plus volontiers Frank Shorter, son compatriote Bill Rodgers, ou le Belge Karel Lismont. Déjà vainqueur à Munich, le premier allait tenter d'égalier le grand Bikila Abebe en triomphant deux fois de suite. Bien que son record personnel fût seulement la 9e performance mondiale de tous les temps, n'avait-il pas couru plus souvent que quiconque en moins de 2 h.12' et gagné depuis quatre ans toutes les grandes classes du genre ? Quant au second, il avait créé la sensation en 1975 en remportant le célèbre marathon de Boston en 2 h. 09'55". De plus, il avait accompagné Shorter jusqu'au bout lors des épreuves de sélection américaine (2 h. 11'58" contre 2 h 11'51"), cette année. Enfin, avant d'arriver à Montréal, Lismont avait montré ses bonnes dispositions en courant un semi-marathon en 1 h. 11', deux jours après avoir été chronométré en 27'58"8 sur 10 000 m. L'homme a de l'expérience, il fut le 2e de Shorter à Munich, et si quel'un pouvait inquiéter les Américains, s'était bien lui.

On avait choyé les marathoniens

Cierpinski a ruiné toutes ces belles prévisions. Il a gagné et bien gagné, puisqu'il est à présent le seul vainqueur olympique ayant touché au but en moins de 2 h. 10' (2 h. 09'55"). Il n'en était pourtant qu'à son cinquième marathon. Ancien coureur de 3000 m steeple que les obstacles rebutaient (record personnel : 8'33" en 1972), il avait couru le premier en 1974 en 2 h. 20'28". En 1975, il fut chronométré en 2 h. 17'30". Cette année, il s'était aligné deux fois sur la distance avant la course olympique et avait obtenu des temps de très grandes valeurs : 2 h. 13'58" et 2 h. 12'22". Trois jours avant son vingt-sixième anniversaire, il vient de connaître la gloire.

Il faut dire qu'il aime beaucoup la pluie et que les organisateurs avaient très bien fait les choses. A quelques rares exceptions près, dont on verra l'importance, le parcours était rigoureusement plat. Empruntant de larges allées souvent bordées de verdure, il ne présentait pas de ces angles aigus qui coupent le rythme. On avait pris soin de demander aux riverains du tracé de tenir leurs chiens à la maison ou de les garder en laisse. Plus important que tout : plus de trois heures avant le départ, tout trafic de voitures avait été interdit sur les axes que fouleraient les coureurs. C'était la première fois dans l'histoire olympique qu'on ménageait ainsi leurs poumons. Si bien que l'air, déjà agréable et pur, fut encore purifié par une pluie incessante.

Pour ce qui est de la pluie, Cierpinski fut en effet servi. D'abord légère, lorsqu'elle commença à tomber 13

minutes après le départ, elle devint plus forte par la suite. Ce fut le nouveau Britannique Barry Watson, l'homme qui gagna le marathon au cours duquel, Ian Thompson, souffrant de crampes, perdit pour la première fois de sa carrière et fut éliminé de la sélection, qui sortit le premier du stade après plus d'un tour et demi de piste. Peu après, on retrouvait déjà en tête Shorter et Rodgers, avec Viren dans leur sillage. Les 5 km. furent atteints en 15'19". Outre les trois coureurs cités, on pointait dans le groupe de dix qui s'était détaché : Drayton (Canada), Foster (Nouvelle-Zélande) Lismont, Cierpinski, Goh Chun Son (Corée du Nord), Gomez (Mexique) et le Japonais So Sigheru. La composition de ce groupe, qui ne comptait alors que 3' d'avance, devait au reste se modifier par la suite. La véritable cassure se produisit après 45' de course (passage aux 10 km en 30'48"), c'est-à-dire peu de temps avant le 15e km, avec Shorter, Chettle (Australie), Drayton, Wardlaw (Australie), Lismont, Singh (Inde), Rodgers, Bengtsson (Suède), Cierpinski et Viren en tête.

Le premier lâché fut Wardlaw (48e minute), alors que le 15e km avait été atteint en 46'02", le 20e le fut en 1 h. 01'24". Chettle et Bengtsson n'étaient plus là. Restaient donc dans le premier peloton, Viren, Rodgers, Singh, Shorter, Cierpinski, Lismont et Drayton. Ces deux derniers, un moment décollés (1 h. 08') revinrent assez rapidement Lismont perdant de nouveau pied après 1 h. 15' de course. Une nuée de gosses à vélo escortaient des coureurs, parmi lesquels se trouvait le vainqueur. Une minute plus tard, c'est-à-dire au passage au 25e km (1 h. 16'35"), Shorter avait fait le trou comme disent les cyclistes, Cierpinski venant en seconde position. A partir de ce moment, ce fut chacun pour soi, tout comportement de groupe devenant impossible. L'Allemand de l'Est rejoignit bientôt l'Américain (1 h. 20'), Singh et Drayton suivant à distance.

Le vaincu attendit le vainqueur

Cierpinski se refit une santé pendant sept minutes, puis il ne se contenta plus de s'abriter derrière Shorter, mais courut à ses côtés. C'était déjà un signe prémonitoire. Au passage au 30e km (1 h. 32'08"), il prit une dizaine de mètres d'avance, à la faveur d'une petite montée servant sa foulée, courte et puissante (1,70 m et 58 kg) alors qu'elle désavantagerait celle beaucoup plus longue et aérienne du vainqueur de Munich (1,78 et 60 kg). Trois minutes plus tard, Shorter était revenu. Après 1 h. 44' de course, il fut de nouveau décollé dans une nouvelle montée. Il compta rapidement 30 m de retard, puis 100 m lorsque Cierpinski atteignit le 35e km (1 h. 47'24"). Alors que les pancartes l'encourageaient étaient les plus nombreuses, les touristes américains étant légion le long du parcours, il était battu. Battu par un concurrent qu'il ne connaissait pas et qu'il avait longtemps pris pour un Suisse avant de l'entendre se parler à soi-même en allemand.

Derrière, Lismont avait surmonté sa défaillance passagère. Drayton, qui avait rarement été battu sous la pluie et avait gagné l'an dernier à Fukuoka (2 h. 10'08") par un temps mouillé, avait lui, rétrogradé. Cierpinski, étudiant en éducation physique qui court depuis onze ans, ne devait plus faiblir, Shorter, qui n'aime pas la pluie, arriva second en 2 h. 10'45"8, soit, dans un temps inférieur de près de deux minutes à celui qui lui avait permis de gagner à Munich (2 h. 12'19"8). Il n'était pas loin de son record personnel (2 h. 10'30") et reconnu qu'il n'avait pas pu aller plus vite. Quant aux Anglais, avec Norman 26e, Angus 31e et Watson seulement 45e, ils avaient connu un beau fiasco. Les sélectionneurs britanniques qui ont éliminé Thompson doivent aujourd'hui se mordre les doigts de leur sottise. Notons encore que l'Italien Fava arriva 8e, le Français Kolbeck 34e, Rodgers 40e, l'Irlandais Cusack, vainqueur à Boston l'année du voyage organisé par Spiridon, 55e et que Rafaël Mora abandonna après le 30e km.

Parvenu au stade, Cierpinski avait accompli pour plus de sûreté un tour de plus qu'il n'en fallait pour que la mesure exacte du marathon fût comble. De telle sorte que Shorter, qui le suivait à 300 m, et se contenta, lui, des 42,195 km, dut l'attendre pour le féliciter. Un concurrent attendant son vainqueur sur la ligne d'arrivée pour le féliciter, on n'avait jamais vu cela.

Raymond POINTU

N.B. - Les résultats complets (séries, demi-finales et finales du 800 m au marathon figurent aux pages 25, 26 et 31.

Classements

Au stade

10'000 m, Mombasa, KEN, 21-22 mai
 1. Cheruiyot, Kenya 28:25,7
 (13'45" au 5'000 m!)

Musyoki 28:40,0; Kilili 28:40,0
 800 m: Omwanza 1:46,0

800 m, Philadelphia, USA, 22 mai
 McLean 1:45,3; Belger 1:46,0;
 Greene (BAR) 1:46,2; Robinson 1:47,0

800 m, Patiala, Inde, 22 mai
 Sriram Singh 1:47,0 RN

3'000 m, Londres, GB, 26 mai
 I. Stewart 7:46,8; Black 7:52,6...
 800 m: Boit 1:47,3; Susanj 1:47,3...
 1'000 m f: Stewart 2:39,4...

1'500 m, Zanzibar, TAN, 26-30 mai
 1. Bayi, Tanzanie 3:34,8
 2. Worku, Ethiopie 3:37,4 RN
 3. Khalifa Omer, Soudan 3:39,8 RN
 800 m
 1. Omwanza, Kenya 1:45,9
 2. Omer, Soudan 1:46,2 RN
 3. M. Tadesse, Ethiopie 1:46,4
 10'000 m
 1. Yifter, Ethiopie 28:26,4
 Kedir 28:30,9; Musyoki 28:41,0
 3'000 m steeple
 1. Mohamed, Ethiopie 8:25,0
 Tura (E) 8:29,9; Ndege (K) 8:31,2
 800 m f: Amacan, OUG 2:06,0
 1'500 m f: Chalamlia, TAN 4:27,7

5'000 m f, Pietarsaari, FIN, 30 mai
 1. N. Holmen, Finlande 16:04,2 RN
 2. E. Gustafsson, Suède 16:07,0 RN

5'000 m, St-Maur, F, 2 juin
 1. Lopes, Portugal 13:24,0 RN
 2. Zaddem, Tunisie 13:31,2
 3. Conrath, France 13:33,8
 Gomez 13:42,0; Cairoche 13:43,0; Gam-
 moudi 13:44,6; ... Roelants 13:50,4...

10'000 m, Philadelphia, USA, 4+5 juin
 Ngeno (KEN) 28:22,7; Virgin 28:25,6;
 Wells 28:27,4...
 1'500 m: Coghlan (Eire) 3:37,0; Waig-
 wa (KEN) 3:37,3; Centrowitz 3:37,3;
 Lacy 3:38,5; Markey 3:40,0
 3'000 m st.: Muniyala (KEN) 8:24,9...

800 m f, Ostrava, CSSR, 8 juin
 1. Manning, USA 2:00,71 RN
 Cerchlanova 2:01,89...

1'500 m, Düsseldorf, RFA, 8 juin
 Messinghage 3:37,4; Van Damme (B)
 3:37,9; Mignon (B) 3:38,2; Fleschen
 3:38,6; ...Uhlmann 3:42,4...Philipp
 (F) 3:43,7
 5'000 m: Hildenbrand 13:29,6; Boxber-
 ger (F) 13:44,4; Sensburg 13:47,6;
 Puttemans (B) 13:48,0;... Roelants
 13:56,0...

1'500 m f, Düsseldorf, RFA, 8 juin
 1. Marasescu-Andrei, ROU 4:04,2 RN
 2. Putca, Roumanie 4:06,1
 Kraus 4:07,4; Jazinska (BUL) 4:07,9;
 Valero (A) 4:08,3RN; Neumann (EDA)
 4:08,4; Silai (ROU) 4:08,6; Wellmann
 4:09,7; Purcell (Eire) 4:09,8; Bürki
 (CH) 4:09,9RN; Castelein (B) 4:11,3RN
 ...Debrouwers (F) 4:13,7...

3'000 m st, Stockholm, S, 8 juin
 1. Gärderud, Suède 8:15,52
 2. Cefan, Roumanie 8:16,10 RN
 3. Kantanen, Finlande 8:18,18
 4. Glans, Suède 8:19,22

5. Frähmcke, RFA 8:19,44
 Campos 8:21,00; Maier 8:22,46; Bicourt
 8:22,92; Karst 8:25,17
 1'500 m: Gysin, CH, 3:39,3

1'500 m, Papendal, NL, 9 juin
 1. Malan, Afr.Sud 3:36,9

10'000 m, Kiev, URSS, 10 juin
 Sellik 28:10,4; Mossejev 28:11,2; Kus-
 nezov 28:12,6; Matvejev 28:16,4; Ja-
 rullin 28:19,2; Badrankov 28:20,2; Ivan-
 kov 28:21,6; Dshumanasarov 28:21,8

3'000 m f, Los Angeles, USA, 10-12.6.
 1. Merrill 8:57,17 RN
 800 m f: Jackson 2:01,0...
 1'500 m f: Larrieu 4:09,93...
 800 m f: J. Robinson 1:46,6...
 5'000 m: Buerkle 13:31,2...
 3'000 m st: Smith 8:26,71...

10'000 m, Turku, FIN, 11-12 juin
 Päivärinta 28:03,0; Vainio 28:07,4
 5'000 m: K. Kvalheim, NOR, 13:28,8
 3'000 m st: Kantanen 8:28,4

1 heure, Paris, F, 12 juin
 Course organisée par le G.S. Crédit
 Lyonnais; au départ 75 seniors et 50
 vétérans, par + de 30°C; malgré la de-
 mande faite, la piste - en cendrée de-
 venue... nuage de poussière! - n'avait
 pas été arrosée. (Karczewski)
 Blanchard 16km627; Boudier (63 ans!)
 15km593; Canu 15km544; Zutter 15km289;
 Nollet 15km207; Reboul; Potonnier,
 Tournerie, Gillot, Marchesi, Aubron...
 25. Charboneau, 73 ans! 13km235

10'000 m, Londres, GB, 12 juin
 Foster 27:53,70; Simmons 27:56,42...
 1'500 m: Ovett 3:39,64; Moorcroft
 3:39,89; Clement 3:39,98...

800 m f, Kiev, URSS, 12 juin
 1. Gerassimova, URSS 1:56,0 RM
 (a. RM: 1'57"48, Slateva, BUL, 1973)
 2. Styrkina, URSS 1:56,7
 3. Providochina, URSS 1:59,3

PROGRESSION DU RECORD MONDIAL
 2:16,8 Radtke-B., Allemagne 1928
 2:15,9 Larsson, Suède 1944
 2:14,8 Larsson 1945
 2:13,8 Larsson 1945
 2:13,0 Vassiljevna, URSS 1950
 2:12,2 Pomogajeva, URSS 1951
 2:12,0 Plentjova, URSS 1951
 2:08,5 Plentjova 1952
 2:07,3 Otkalenko, URSS 1953
 2:06,6 Otkalenko 1954
 2:05,0 Otkalenko 1955
 2:04,3 Shevzova-L., URSS 1960
 2:04,3 Shevzova 1960
 2:01,2 Willis, Australie 1962
 2:01,1 Packer, GB 1964
 2:00,5 Nikolic, Yougoslavie 1968
 1:58,3 Falck, RFA 1971
 1:57,5 Slateva, Bulgarie 1973
 1:56,0 Gerassimova, URSS 1976

1'500 m f, Kiev, URSS, 12 juin
 Kazankina 4:05,2; Sorokina 4:08,2;
 Dyina 4:08,9; ...Bragina 4:10,8
 800 m masculin
 Anochin 1:46,0; Litovtchenko 1:46,5;
 Ponomarev 1:46,8; Podoljakov 1:47,0
 3'000 m steeple
 Filonov 8:25,2; Lissovski 8:26,4;
 Grigas 8:27,6; Velitchko 8:27,6...

3'000 m f, Fürth, RFA, 13 juin
 Ludwischow (POL) 8:59,4; Pentlinow-
 ska (POL) 9:09,2
 800 m f: Kraus 2:00,6; Tomova (BUL)
 2:01,4; Amsina (BUL) 2:01,8; Traugott
 2:01,9; Klein 2:02,2; Dorio (I)
 2:03,8; Wellmann 2:05,5

800 m f, Celje YOU, 18-20 juin
 Jeux balkaniques
 1. Suman, Roumanie 2:00,54
 2. Silai, Roumanie 2:00,65
 3. Bonova, Bulgarie 2:00,85
 1'500 m f: Marasescu 4:09,19
 10'000 m: Florou 28:19,52

1'500 m, Eugene, USA, 19-27 juin
 Wohltuter 3:36,5; Centrowitz 3:36,70;
 Durkin 3:36,72; Manke 3:37,1; Slack
 3:39,1; Musgrave
 5'000 m: Buerkle 13:26,6; Macdonald
 13:29,5; Geis 13:38,5; Kardong...
 3'000 m st: Brown 8:27,4; Marsh 8:27,4;
 Roche 8:32,7; Timm 8:32,7
 1'500 m f: Poor 4:07,32 (RN); Merrill
 4:07,35; Larrieu 4:08,08...
 800 m f: Manning 1:59,81RN, Poor 2:00,55;
 Weston 2:00,73...
 10'000 m: Shorter 27:55,45; Virgin
 27:59,43; Björklund 28:03,74; Rodgers
 28:04,42; Mendoza 28:25,16

3'000 m f, Oslo, NOR, 21 juin
 1. Waiz, Norvège 8:45,4 RM
 (a. RM: 8'46"6, Waiz, 1975)
 2. Rasmussen, Danemark 9:23,2 RN

10'000 m, Helsinki, FIN, 22+23 juin
 10'000 + 23'000 spectateurs
 1. Viren, Finlande 27:42,95
 2. Päivärinta, Finlande 27:54,43
 3. Fava, Italie 27:55,61 RN
 4. I. Stewart, GB 28:00,39
 5. Smet, Belgique 28:00,89
 6. Uhlmann, RFA 28:01,30
 Tuominen 28:19,45; Kamata 28:19,87;
 Kita 28:26,63...
 5'000 m en 13'58"8 (Fava); dernier
 1'000 m en 2'36"

800 m: Anochin, URSS, 1:46,17; Ponomar-
 jev, URSS, 1:46,39; Hasler, LIE, 1:46,97
 1'500 m: Walker, NZ, 3:36,07; Loikkanen
 3:38,31; Laine 3:38,76; Gonzales, F,
 3:38,97; Högberg, S, 3:38,98; Vifian,
 CH, 3:39,96
 5'000 m: Kusnezov, URSS, 13:31,30;
 Quax, NZ, 13:31,60
 3'000 m st: Gärderud, S, 8:16,74; Kan-
 tanen, FIN, 8:18,34; Glans, S, 8:18,37;
 Malinowski, POL, 8:18,38; Robertson,
 NZ, 8:25,34...
 1'500 m f: Kazankina, URSS, 4:02,81;
 Holmen, FIN, 4:08,30 (RN)...

10'000 m, Lille, F, 25-27 juin
 Gomez 28:27,4; Levisse 28:30,0; Rault
 (40) 28:33,4... 6. Roelants (39)
 28:57,4...
 800 m: Sanchez 1:46,8; Marajo 1:46,8...
 800 m f: Rooms 2:06,4...

1'696 km, Marseille, F, 25-30 juin
 6 jours sur piste en relais (2 heures
 par coureur) par le S.M.U.C.

5'000 m, Podolsk, URSS, 28 juin
 1. Sellik*, URSS 13:17,2
 2. Kusnezov*, URSS 13:18,4

Photos des pages 21 et 22

p. 21 (ci-contre): A Vallorcine, à
 quelques foulées de la frontière suisse,
 sur un parcours idéal pour coureurs et
 spectateurs, Crottaz (55) vient de dé-
 cramponner Labied (4), alors que Voef-
 fray (52) s'accroche encore un instant.
 (Photo Nobé TAMINI)

p. 22: Le secret du fantastique succès
 du semi-marathon de Brugge, réservé aux
 vétérans, n'est-ce pas que cette course
 est l'oeuvre de Jacques Serruys (notre
 photo), organisateur doublé d'un cou-
 reur de fond !
 (Photo A. MACRON)





3. Sotov, URSS 13:26,2
*3'000 m: 8'02"; 4'000 m: 10'45"

1'500 m f, Podolsk, URSS, 28 juin
1. Kazankina*, URSS, 25 3:56,0 RM
(a. RM: 4'01"4, Bragina, URSS, 1972)
2. Katjukova, URSS 3:59,8
3. Bragina, URSS 4:01,6
*400 m en 59"5, 800 m en 2'05"5,
1'000 m en 2'38"0, 1'200 m en 3'09"5
EVOLUTION DU RECORD MONDIAL
5:18,2 Muschkina, URSS 1927
5:07,0 Muschkina 1934
5:02,0 Freiberg, URSS 1936
4:47,2 Vassileva, URSS 1936
4:45,2 Vassileva 1937
4:41,6 Saizeva, URSS 1940
4:38,0 Vassileva 1944
4:37,8 Ovjannikova, URSS 1946
4:37,0 Otkalenko, URSS 1952
4:35,4 Perkins, GB 1956
4:30,0 Leather, GB 1957
4:29,7 Leather 1957
4:19,0 Chamberlain, NZ 1962
(4:41,4 sur 1 mile)
4:17,3 Smith, GB 1967
(4:37,0 sur 1 mile)
4:15,6 Gommers, NL 1967
4:12,4 Pigni, Italie 1969
4:10,7 Jehlickova, CSSR 1969
4:09,6 Burneleit, RDA 1971
4:01,4 Bragina, URSS 1972
3:56,0 Kazankina, URSS 1976

2'000 m, Oslo, NOV, 30 juin
1. Walker*, Nlle-Zélande 4:51,4 RM
(a. RM: 4'56"2, Jazy, France, 1966)
2. Fleschen, RFA 5:00,4
Justus, RDA, 5:00,6; Hudak, RFA, 5:04,4;
Ryffel, CH, 5:04,8 (RN)...
*1'000 m en 2:27"1
1'500 m
1. Dixon, Nlle-Zélande 3:36,1
2. Quax, Nlle-Zélande 3:36,7
3. Kaupang, Norvège 3:37,4 RN
4. Nevens, Belgique 3:37,6
5. K. Kvalheim, Norvège 3:38,1
6. Ishii, Japon 3:38,4 RN
1'500 m f: Waitz 4:06,6; Holmen 4:08,9;
Garrett, NZ, 4:12,3

800 m f, Bratislava, CSSR, 3 juillet
1. Cechlanova, CSSR 1:59,0 RN

3'000 m f, Londres, GB, 3-4 juillet
Ludwichowska 9:00,06; Pentlinowska
9:05,49; Ford 9:06,70 ...
800 m f: Saunders, CAN, 2:01,64; Kato-
rik 2:02,24; Januchta 2:02,85
800 m: Overt 1:46,70

1'000 m f, Sofia, BUL, 4 juillet
1. Shtereva, Bulgarie 2:33,8 RM
(a. RM: 2'35"0, Krebs, RDA)
2. Pehlivanova, Bulgarie 2:35,2
3. Jatinska, Bulgarie 2:36,2
600 m: Zlateva 1:24,2

5'000 m, Stockholm, S, 5 juillet
1. Quax, Nlle-Zélande 13:13,2 RN
2. Hildenbrand, RFA 13:13,8 RN
3. Dixon, Nlle-Zélande 13:17,4
4. Gärderud, Suède 13:17,6 RN
5. Malinowski, Pologne 13:17,8 RN
6. Orimus, Finlande 13:18,2
7. Ryffel, Suisse 13:32,8
8. Uhlemann, RFA 13:35,2
9. Ortis, Italie 13:38,4
1'500 m
1. Walker, Nlle-Zélande 3:34,2
2. Wessinghage, RFA 3:36,1
3. Wellmann, RFA 3:36,2
4. Nevens, Belgique 3:36,9
5. Högberg, Suède 3:37,3
6. Hoving, Pays-Bas 3:37,3
7. Gysin, Suisse 3:38,0
3'000 m steeple: Kantanen 8:18,0; Glans
8:19,0; Karst 8:19,4; Frähmke 8:22,8;

Robertson 8:22,8; Maier 8:27,6

800 m, Zurich, CH, 9+10 juillet
Wübeck 1:45,75; Walker 1:45,75;
Clement 1:45,76; Hasler 1:46,25;
Balbe, E, 1:46,59 (RN) ...
1 mile: Wessinghage 3:55,68; Gysin
3:55,89; Fleschen 3:56,03; Quax
3:56,23; Wellmann 3:56,68; Dixon
3:58,24; ...
2 miles: Foster 8:19,02; ...
1'500 m: Malan 3:35,98; van Damme
3:36,25 (RN); Nevens 3:38,20 ...
800 m f: Kraus 2:01,03; Barnes 2:01,35;
Traugott 2:02,92; Bürki 2:03,02; Klein
2:03,09; Wellmann 2:03,15; Valero, E,
2:04,12 (RN) ...

800 m f, Paris, F, 10 juillet
1. Kasankina, URSS 1:56,6
2. Styckina, URSS 1:57,4

800 m f, Berlin, 10 juillet
1. Klapezynski, RDA 1:57,03 RN
Weiss 2:03,07; Gluth 2:03,09; Stoll
2:03,14; Hoffmeister 2:03,16; Zinn
2:03,18; Schiller 2:03,47 ...

5'000 m, Montréal, CAN, 10 juillet
1. Ngeno, Kenya 13:20,6
2. Yvonne, Ethiopie 13:21,4
3. Eshetu, Ethiopie 13:23,8
4. Shbrou, Ethiopie 13:24,6

1'000 m, Namur, B, 14 juillet
1. Van Damme, B 2:15,5 RE
(a. RE: 2'16"2, Kemper, RFA, 1967)
3'000 m: Puttemans 7:52,8

1'500 m f, Potsdam, RDA, 14 juillet
Klapezynski 3:59,9; Hoffmeister 4:01,4;
Stoll 4:04,3

2'000 m st, Montréal, CAN, 14 juillet
1. Eshetu, Ethiopie 5:21,2 MPM
5'000 m: Yifter, ETH, 13:24,4; Kedar,
ETH, 13:28,2 ...
800 m: Boit, KEN, 1:46,0; Seymour, JAM,
1:46,5 ...

Heure et 20 km, Biesheim, F, 17.7. ?
1. Blein, Vitte 17km370 + 69'15"2
2. Wambst, St-Dié 17km224 + 70'55"
3. Klufits, CSLNB 16km924 + 72'07"
4. Niedercorn, LUX 16km905 + 71'40"

Hors stade

258 km, Göteborg-Karlstad, S, 7-8 mai
Relais de 100 équipes de 28 étudiants
(dont une de 28 étudiantes!) de Suède,
du Danemark, de Norvège, de Finlande
et de Hollande. (Winge)
1. Sexmästeriet Göteborg 14:43:03 R
2. Upplandsskubbarna, Uppsala 15:03:29

10 km, New York, USA, 8 mai
Réserve aux Femmes (408 classées)
1. Julie Shea, 16 ans 35:04
2. Nadia Garcia, 22 35:58
3. Jacki Hansen, 27 36:02
5. Nancy Frank, 15 36:31
15. Lori Schafer, 13! 38:26
27. Toshiko D'Elia, 46! 40:06

21,1 km, Porrentruy, CH, 16 mai
Au total 210 classés
1. Thomet, Belfaux 1:10:36
2. Rohrer, Kerns 1:11:14
3. U. Siegenthaler, Röttenbach 1:11:18
4. A. Siegenthaler, Röttenbach 1:11:20
5. Crottaz, Sierre 1:12:36
6. Reusser, La Heutte 1:12:41
7. Beuchat, Courgenay 1:12:46
8. Zahnd, Bienne 1:12:57
9. Leuenberger, Berne 1:13:21
10. Blaser, Villars-le-G. 1:14:17
Birrer, Hejda, Reymond, Cattin, Wille-
min (1:15:32), Amez-Droz, Lehner, Wah-

len, Woelfflin, Alhaus, Regenscheit,
D.Willemin, Françoise, Kottelat, Fa-
rez, Jacquenod (1:17:43), Contout,
Rohrer, Javet, Rees...
53. Ritzenthaler, France 1:23:34
Féminines (6 classées)
1. O. Vetter, Sierre 1:29:52
Joye, Birrer, Scheidegger...
Vétérans (30 classés)
1. Fillingier, France 1:13:00
2. Wurtz, France 1:15:23
3. Vallat, Saingnolégier 1:18:07
4. U. Sterki, Biberist 1:19:11
5. Rochat, Lausanne 1:20:44
Barfuss, Jost, Beltrami, J. et A. Wil-
lemmin, Dietrich, Lecoultré, Riche...
Populaires (67 classés)
1. Oppiger, Courtelary, jun. 1:12:05
2. Griffon, Clarens 1:14:39
(devient... impopulaire, à force de
cumuler les premières places en "popu-
laires" NT)
3. Gissy, France 1:15:29
4. Liengme, Bienne 1:15:56
5. Girod, La Neuveville, jun. 1:16:50
Bourquenez, Jeannin, Gérard, Maître,
Chabin, Spring, Maurer
13. Oberli, Rebeuvelier 1:23:22
(il s'agit d'un coureur aveugle...)
Graber, Delaloye, Varin, Paccou, Mon-
ney, Wermeille, Dubois, Joillissaint ...

12km230, San Francisco, USA, 16 mai
6'888 classés; 430 à - de 50 minutes
1. Wardlaw, Australie 37:28
...Mary Etta Boitano, 13! 49:33

100 km, Jihlava, CSSR, 21-22 mai
1. Kopecky 7:58:00

18 km, Martigues, F, 23 mai
Au total 125 classés. Parcours vallonné
mais agréable. Organisation impeccable.
Ambiance extraordinaire, qui annonce
d'excellents lendemains pour cette
course. (Reffray)
1. Reffray, Marseille* 58:38
2. Tafébi, Vitrolles* 59:04
3. Boulkouk, Vitrolles* 1:02:32
4. Merimi, Montélimar 1:02:56
5. Bernard, Pernes* 1:03:02
6. Mariani, Vitrolles* 1:03:03
Chaulet*, Germain, Himeur*, Marie*,
Galvany*, Moulin*, Cervoni*, Djotni,
Cheynet, Bertrand (1:09:11), Bezencac,
Leboucquer*, Pibou*, Richaud...
...Lescaret, Mtpellier, -12ans 1:30:48
Vétérans (19 classés)
1. Silvère, Vitrolles* 1:05:31
2. Chaîne, Vitrolles* 1:05:51
3. Dominicci, Marseille* 1:06:48
4. Nicosia*, Marseille, + 50 1:07:34
Becchelli*, Schuck, Kurkji, Pinont,
Lescaret, Benoit*, Di Gioia, Roure*,
Armand*, Borg*...
Féminines (19 classées)
1. Pougenc, Calvisson* 1:22:53
2. Rouan, Languedoc* 1:30:15
3. Boulkouk, Vitrolles*, +40 1:30:22
4. Reffray, Marseille* 1:31:45
Jurgand, Dupond, Exbrayat*, Armand*,
Lapierre*, Ragaru*...
*: membre d'un Spiridon-Club

32 km, Vendôme, F, 23 mai
Dép. 14 h, 200 partants, 162 classés.
"Vendôme est mal desservi par les che-
mins de fer, et nous ne pouvons organi-
ser notre épreuve le matin ou le soir.
A notre grand soulagement, tout s'est
bien passé malgré la chaleur. Incident
à signaler: la livraison tardive et
insuffisante des médailles, au mépris
des promesses données par le fabricant,
la firme FRAISSE-DEMEY, de Paris. De
toute façon, tous les athlètes auront
leur médaille, même s'il faut les faire
faire ailleurs!" (Angibault)

En quelques lignes

- La Soviétique Ludmilla Bragina a réussi à stupéfier les connaisseurs en réalisant 8'27"12 sur 3000 m (mieux que Nurmi lors de son premier record du monde !)
- On continue à prendre plaisir à lire les anciens numéros de Spiridon. Il subsiste des exemplaires des numéros 0, 2 4, 9, 10 et de tous les suivants. Prix pour six numéros : 28 FS, 45 FF, 360 FB. Les commander à Bourquin (France, Liégeois (Belgique) ou Tamini (autres pays).
- 42 personnes sont inscrites pour le voyage SPIRIDON au Brésil (du 29 déc 1976 au 8 ou 13 janvier 1977). Il reste donc huit places. Prix 2555 FS (sans Bahia) et 2895 FS (avec Bahia). Pour tous renseignements : Brésil 7677, SPIRIDON, 1922 Salvan (Suisse)
- Seigneuric nous informe que le SCF organise le 17 octobre un voyage à Aix-les-Bains (Ascension du Mt-Revard) et le 24 octobre un autre à Neuf-Brisach (marathon). Prix : 90 F dans ce dernier cas. Pour tous renseignements, tél. au 430.94.65.
- René Gehrig, 63, rue de la Croix-Nivert, 75015 Paris, nous apprend que KUONI organise (17 octobre) un voyage au Marathon d'Athènes.

5 septembre 1976

Ive TOUR DU BRASSUS 16,4 km

Cadets 9 km Juniors 9 km
Féminines 9 ou 16,4 km

Renseignements et inscriptions :
Meylan Jean-Claude
Rue des Collèges 16,
1348 Le Brassus. Tél. (021) 85 64 95

12 septembre 1976

CONCISE - GRANDSON 14 km

(départ de Grandson à 9 h)

Renseignements et inscriptions :
Bloesch Pierre,
Clos-au-Loup 2, 1422 Grandson
Tél. (024) 24 44 56

Catégories :
Cadets, juniors, actifs, vétérans 1
et 2, féminines, populaires

Prix-souvenirs à chacun
+ prix aux meilleurs de chaque catégorie

Dimanche matin 19 septembre 1976

(à 9.45 heure suisse, 10.45 heure française)

2e Course de côte pedestre franco-suisse

GENÈVE - LE SALÈVE (CIME - Cat. B)

18,5 km sur route - dénivellation 890 m

Catégories : Juniors I, féminines I,
seniors, vétérans I et II

Pour Juniors II et Féminines II :

LE COIN - LE SALÈVE

8,5 km sur route - dénivellation 634 m

Pour toutes catégories :

Médaille-souvenir à chaque participant
terminant la course

Nombreux prix et distinctions

Assurance-accidents :

à la charge des coureurs

Dortoirs : FS. 5.— ou FF. 8.— la nuitée

Délai d'inscription : 4 septembre 1976

Taxe d'inscription :

Course CIME Fr.s. 15.— / FF 20.—
Le Coin-Le Salève Fr.s. 10.— / FF 15.—

Renseignements, règlement et inscriptions:

France :

Ski-Club du Salève, 74160 Archamps
CCP Lyon 2088.43.B

Suisse :

Course Genève-Le Salève, C.P. 143,
1211 Genève 2 - CCP 12 - 19 437

La course est jumelée avec

AIX-LES-BAINS - LE REVARD (CIME - cat. B)

du dimanche 17 octobre 1976

Classement combiné (cat. CIME
seulement). Prix et distinctions
aux premiers de chaque catégorie

Clubs organisateurs :

Ski-Club du Salève, Archamps (Hte-Savoie)
S.F.G. Carouge (affiliée F.S.A.), Genève
Thonon Athlétique Club, Thonon (Hte-Savoie)

1. Métayer, V. Châtillon	1:51:00
2. Pechon, V. Châtillon	1:53:20
3. Warlaumont, Neuilly-P.	1:54:00
4. Brosse, Marolles	1:54:10
5. Joseph, Troyes	1:55:10
6. Lehmann, Evreux	1:55:10
7. Breton, St-Quentin	1:59:00
8. Vautier, Roisel	1:59:15
9. Peschang, V. Châtillon	1:59:35
10. Baker, Stade-Français	1:59:50
Deneuveville, Colmar, Guéroult, Cave, Le Noach, Queury, Council, Beaujard, Bia-sotto, Vassogne (2:05), Behaguel, Ca-prin, Gaignebet, Manem, David, De-clerck, Bourinet, Vinot, Thévenet, Després, Pinel, Queneau...	
Vétérans (29 classés)	
1. Sommier, Evreux	2:02:25
2. Manem, Bourse Paris	2:07:00
3. Glaudeix, Joues-les-T.	2:14:45
4. Petin, Choisy-le-Roy, + 50	2:16:40
Bonnin, Gouvenot, Micalaf, Lavieille, Daumain, L'Homme, Machlis...	
Féminines (6 classées)	
1. Sommier, Evreux	2:46:00
Lamelin, Auquin, Dervin...	

25 km, Fondettes, F, 23 mai
Critérium national vétérans
Vétérans I A (28 classés...)

1. Sartin, Paris	1:25:50
2. Chrétien, C.O.C.	1:26:19
3. Berger, Montlouis	1:28:01
Hareng, Zutter, Gouesse, Besnier, Mur-thinal (1:41:58), Rousseau, Boulanger, Guillot, Marzin, Aubert...	
Vétérans I B (16 classés...)	
1. Duchaffour, France-Soir	1:39:30
2. Darde, A.A.J.B.	1:40:41
Crochet, Sablayrolles, Morin, Escof-fer, Cottin (1:50:42)...	
Vétérans II A (9 classés...)	
1. Blanchard, A.S.V.P.	1:26:50
2. Thibaudeau, Angers	1:34:04
Lacorre, Leperd, Vanche...	
Vétérans II B (7 classés...)	
1. Duquesnoy, Bonnetable	1:47:09
Gaillard, Coeuret, Larroque, Bars...	
Vétérans III A + B (10 classés)	
1. Michon, Bourse	1:46:51
2. Daubricourt	1:48:08
Hocq, Roger, Letellier, Cauvin...	
Féminines (5 classées)	
Faur T:54:17; Réale T:57:24; Legal...	

Env. 21 km, Fousesnant, F, 23 mai
Organisation parfaite grâce au concours des comités d'animation et des clubs sportifs des communes traversées. Prix aux 10 premiers; lot de consolation et breloque à chaque arrivant. (Séhédic) 90 classés

1. Caraby, Cherbourg	1:09:24
2. Kheddar, Clermont-F.	1:09:35
3. Séhédic, ULAC	1:09:52
4. Le Noach, Redon	1:11:19
5. Pouliquen, Vitré	1:11:59
6. Sinic, ULAC	1:13:41
7. Héroult, US Métro	1:14:53
8. Perot, CAM	1:16:00
9. Houdot, St-Malo	1:16:26
10. Poinson, Creil	1:17:03
Drouard, Godec, Gonzales, Desjardin, Gloaguen (1:20:24), Beaumard, Lorré, Le Joly, Turnier, Girardeau, Dumoncel, Hellio, Gérard (1:25:05), Curen, Mounier, Le Lay...	
66. Christine Ferrand, NEC	1:47:15
74. M.M. Bastard, Trégueux	1:52:00
Vétérans (23 classés)	
1. Houery, Montreuil	1:21:58
2. Marc, Lorient	1:23:04
3. Fixot, ASAL	1:23:23
Touchais, Kerjean, Châtelais, Gourven-nec, Le Mallefant, Le Noury (1:37:02), Canne, Robert, Rémi, Douillard...	

11 km, Buenos Aires, ARG, 25 mai
Carrera "Fiestas Mayas". Commémoration

Fecha Patria, 899 classés

1. J. Carrizo, Bragado	34:28
2. D. Amaizon, RC	35:09
207. I. Fernandez	42'

20 km, Bioley-M., CH, 27 mai

1. Wulliemier, Vevey	1:09:24
2. Thomet, Belfaux	1:09:56
3. Herren, Aigle	1:11:00
4. Crotta, Sierre	1:11:25
5. Dériaz, Baulmes	1:11:52
Reymond, Crettin, Huber, Guignard, Wah-len, Tornay (1:14:44), Laubscher, An-sermet, Althaus, Rudin, Redard, Jaquié-ry, Purro, Berlie, R.Perren, M.Favre, Dorosorio, Marendaz... (78 classés)	
Vétérans (27 classés)	
1. Rochat, Lausanne	1:16:27
2. Gilliard, Lausanne	1:17:22
3. Fedrigo, Verbier	1:18:06
Schmutz, Lachat, Edelmann, Deleysin, Miotti, Droux, Bugnion, Kunzi, Rosset, Roth, Mettan...	
Féminines (5 classées)	
1. O. Vetter, Sierre	1:27:55
Marguerat, Eberle, Erismann...	

Env. 10 km, Broc, CH, 27 mai
Classement exemplaire; 215 classés

1. Gmünder, Düringen	34:18
2. Corbaz, Lausanne	34:31
3. Portmann, Fribourg	34:59
Villoz, Stritt, Kuenlin (36:59), An-cay, Rigolet, Fasel, Eggertschwylér, Kuerst, Jeanbourquin (38:29), Glanzmann, Durussel, Bulliard, Bagnoud, Brügger, Morgenthaler, Deléaval, Maillard, Man-ge (39:20)...	
Cadets (64 classés)	
1. Jacqueroùd, Broc, 16	38:23
2. Both, Neirivue, 17	39:01
3. Masotti, Broc, 14'	39:18
4. Romanens, Broc, 12'	41:25
Uldry, Wicht, Pauchard, Clément, Vil-loz (45:03), Meys, L'Homme...	
(suite page 33)	

Jeux olympiques

résultats complets du 800 m au marathon

800 m féminin, séries

(en pointillés: les éliminées)

1^{ère} série

1. Styrkina, URSS, 2:00,12; 2. Pollock, AUS, 2:00,66; 3. Gluth, RDA, 2:00,70; 4. Thijs, B, 2:04,39; 5. Hoffman, CAN, 2:05,32; 6. Valero, E, 2:06,14; 7. Gumannsdottir, ISL, 2:07,26

2^e série

1. Weiss, RDA, 2:00,48; 2. Shtereva, BUL, 2:01,02; 3. Dorio, I, 2:01,63; 4. Cerchlanova, CSSR, 2:02,36; 5. Weston, USA, 2:03,31; 6. Wenzel, CAN, 2:03,62
--

3^e série

1. Shtereva, BUL, 1:59,24; 2. Gerassimova, URSS, 1:59,68; 3. Knudson, USA, 1:59,91; 4. Suman, ROU, 2:00,00; 5. Barnes, GB, 2:01,70; 6. Ritter, LIE, 2:14,39

4^e série

1. Zinn, RDA, 2:01,54; 2. Rendina, AUS, 2:01,76; 3. Silaj, ROU, 2:02,82; 4. Creamer, GB, 2:03,48; 5. Lazar, HON, 2:04,05; 6. Hocking, P. Rico, 2:08,46; 7. Niang, SEN, 2:09,32
--

5^e série

1. Kasankina, URSS, 2:00,15; 2. Tomova, BUL, 2:00,54; 3. Jackson, USA, 2:00,62; 4. Saunders, CAN, 2:03,54; 5. Van Nuffel, B, 2:04,09; 6. McMeekin, GB, 2:04,54; 7. Garrett, NZ, 2:05,78

800 m fém., demi-finales

1^{ère} série

1. Weiss, RDA, 1:56,53 (RO + RN); 2. Kasankina, URSS, 1:57,49; 3. Shtereva, BUL, 1:57,93; 4. Gluth, RDA, 1:59,32; 5. Pollock, AUS, 1:59,93; 6. Silaj, ROU, 2:02,22; 7. Knudson, USA, 2:02,31; 8. Dorio, I, 2:02,46
--

2^e série

1. Styrkina, URSS, 1:57,28; 2. Shtereva, BUL, 1:57,35 (RN); 3. Zinn, RDA, 1:57,56; 4. Suman, ROU, 2:00,01; 5. Rendina, AUS, 2:00,29; 6. Gerassimova, URSS, 2:01,00; 7. Tomova, BUL, 2:01,97; 8. Jackson, USA, 2:07,25

800 m féminin, finale

1. Kasankina, URSS 1:54,94 RM (a. RM: Gerassimova, URSS, 1:56,0)
2. Shtereva, Bulgarie 1:55,42 RN
3. Zinn, RDA 1:55,60 RN
4. Weiss, RDA 1:55,74
5. Styrkina, URSS 1:56,44
6. Shtereva, Bulgarie 1:57,21
7. Gluth, RDA 1:58,99
8. Suman, Roumanie 2:02,21
400 m en 55'05 (Styrkina)
600 m en 1'24"2 (Weiss)

1500 m féminin, séries

1^{ère} série

1. Dorio, I, 4:10,84; 2. Katjukova, URSS, 4:10,88; 3. Merrill, USA, 4:10,92; 4. Stewart, GB, 4:11,10; 5. Puica, ROU, 4:12,62; 6. Pekhlivanova, BUL, 4:13,11; 7. Pollock, AUS, 4:14,22

2^e série

1. Bragina, URSS, 4:07,11; 2. Stoll, RDA, 4:07,13; 3. Holmen, FIN, 4:07,14; 4. Waitz, NOR, 4:07,20; 5. Wellmann, RFA, 4:07,20; 6. Larrieu, USA, 4:07,21

3^e série

1. Klapezynski, RDA, 4:11,62; 2. Kasankina, URSS, 4:12,10; 3. Yatsinka, BUL, 4:12,72; 4. Castelein, B, 4:12,95; 5. Yule, GB, 4:13,36; 6. Silaj, ROU, 4:13,61
--

4^e série

1. Kraus, RFA, 4:07,79; 2. Hoffmeister, RDA, 4:08,23; 3. Marasescu, ROU, 4:08,31; 4. Shtereva, 4:08,38; 5. Purcell, Eire, 4:08,63; 6. Poor, USA, 4:08,89; 7. Garrett, NZ, 4:10,68

1500 m fém., demi-finales

1^{ère} série

1. Klapezynski, RDA, 4:02,13; 2. Shtereva, BUL, 4:02,33; 3. Bragina, URSS, 4:02,41; 4. Hoffmeister, RDA, 4:02,45; 5. Merrill, USA, 4:02,61; 6. Katjukova, URSS, 4:03,20; 7. Kraus, RFA, 4:04,21; 8. Waitz, NOR, 4:04,80; 9. Castelein, B, 4:13,46

2^e série

1. Kasankina, URSS, 4:07,37; 2. Holmen, FIN, 4:07,53; 3. Wellmann, RFA, 4:07,54; 4. Dorio, I, 4:07,61; 5. Stewart, GB, 4:07,61; 6. Yatsinka, BUL, 4:07,89; 7. Marasescu, ROU, 4:07,92; 8. Stoll, RDA, 4:08,28; 9. Larrieu, USA, 4:09,07

1500 m féminin, finale

1. Kasankina, URSS 4:05,48
2. Hoffmeister, RDA 4:06,02
3. Klapezynski, RDA 4:06,09
4. Shtereva, Bulgarie 4:06,57
5. Bragina, URSS 4:07,20
6. Dorio, Italie 4:07,27
7. Wellmann, RFA 4:07,91
8. Merrill, Etats-Unis 4:08,54
9. Holmen, Finlande 4:09,55

800 m, séries

1^{ère} série

1. Wohlhuter, USA, 1:45,71; 2. Singh, Inde, 1:45,86; 3. Civil, Cuba, 1:45,88; 4. Gesicki, POL, 1:46,36; 5. Wessinghage, RFA, 1:46,56; 6. Anochin, URSS, 1:46,81; 7. Younis, PAK, 1:48,50

2^e série

1. Clement, GB, 1:47,51; 2. Robinson, USA, 1:47,56; 3. Walker, NZ, 1:47,63; 4. Balbe, E, 1:48,38; 5. Pacheco, POR, 1:49,58; 6. Solis, DOM, 1:55,56; 7. Joseph, Haïti, 2:15,26

3^e série

1. Overt, GB, 1:48,27; 2. Newman, JAM, 1:48,46; 3. Wellmann, RFA, 1:48,47; 4. Plachy, CSSR, 1:48,63; 5. Hasler, LIE, 1:48,99; 6. Botse, SUR, 1:49,85

4^e série

1. Juantorena, Cuba, 1:47,15; 2. Grippo, I, 1:47,21; 3. Zemen, HON, 1:47,40; 4. Savic, YOU, 1:47,73; 5. Ortiz, P.Rico, 1:51,38

5^e série

1. Wülbeck, RFA, 1:48,47; 2. Tuitt, TRIN, 1:48,48; 3. Ponomarev, URSS, 1:48,59; 4. Svensson, S, 1:48,86; 5. Marajo, F, 1:49,60; 6. Greene, BAR, 1:51,43; 7. El Khashaami, A.Sé, 1:57,67

6^e série

1. Van Damme, B, 1:47,80; 2. Susanj, YOU, 1:47,82; 3. Yeangart, USA, 1:47,96; 4. Gysin, CH, 1:48,69; 5. O'Shaughnessy, Eire, 1:49,29; 6. Medina, Cuba, 1:50,15; 7. Philippe, F, 1:50,81

800 m, demi-finales

1^{ère} série

1. Juantorena, Cuba, 1:45,88; 2. Van Damme, B, 1:46,00; 3. Overt, GB, 1:46,14; 4. Singh, Inde, 1:46,42; 5. Robinson, USA, 1:46,43; 6. Gesicki, POL, 1:47,06; 7. Wessinghage, RFA, 1:48,18

2^e série

1. Wohlhuter, USA, 1:46,72; 2. Grippo, I, 1:46,95; 3. Susanj, YOU, 1:47,03; 4. Wülbeck, RFA, 1:47,18; 5. Newman, JAM, 1:47,22; 6. Civil, Cuba, 1:47,31; 7. Anochin, URSS, 1:47,71; 8. Clement, GB, 1:48,28

800 m, finale

1. Juantorena, Cuba 1:43,50 RM
(a.RM: 1:43,71, Flascosaro)
2. Van Damme, Belgique 1:43,86 RN
3. Wohlhuter, USA 1:44,12
4. Wülbeck, RFA 1:45,26
5. Overt, GB 1:45,44
6. Susanj, Yougoslavie 1:45,75
7. Singh, Inde 1:45,77
8. Grippo, Italie 1:48,39
50"8 + 52"7 pour Juantorena

1500 m, séries

1^{ère} série

1. Nevens, B, 3:44,18; 2. De Jesus, POR, 3:44,20; 3. Zemen, HON, 3:44,27; 4. Svensson, S, 3:44,42; 5. Hoving, NL, 3:45,00; 6. Centrowitz, USA, 3:45,02; 7. Loikkanen, FIN, 3:45,32; 8. Sörensen, DK, 3:45,39

2^e série

1. Overt, GB, 3:37,89; 2. Wessinghage, RFA, 3:37,93; 3. Mamede, POR, 3:37,98; 4. Mignon, B, 3:38,32; 5. Durkin, USA, 3:38,89; 6. Ghipu, ROU, 3:39,20; 7. Hasler, LIE, 3:39,34; 8. Laine, FIN, 3:45,32; 9. Menocal, NIC, 4:12,47

3^e série

1. Walker, NZ, 3:36,87; 2. Clement, GB, 3:37,53; 3. Crouch, AUS, 3:37,97; 4.

Craig, CAN, 3:38,00; 5. Gonzalez, F, 3:38,59; 6. Malinowski, POL, 3:41,67; 7. Asgeirsson, ISL, 3:45,47; 8. Al Shabani, Ar.S., 4:08,70

4^e série

1. Wellmann, RFA, 3:39,86; 2. Van Damme, B, 3:39,93; 3. Wohlhuter, USA, 3:39,94; 4. O'Shaughnessy, Eire, 3:40,12; 5. Colon, P.R., 3:43,51; 6. Hogberg, S, 3:47,96; 7. St-Hilaire, Haïti, 4:23,41

5^e série

1. Coghlan, Eire, 3:39,87; 2. Moorcroft, GB, 3:40,69; 3. Hill, CAN, 3:41,24; 4. Fleschen, RFA, 3:42,09; 5. Gysin, CH, 3:42,69; 6. Medina, Cuba, 3:42,71; 7. Kaupang, NOR, 3:44,59; 8. Zacharopoulos, GR, 3:45,12; 9. Sidigue, PAK, 3:45,59

1500 m, demi-finales

1^{ère} série

1. Walker, NZ, 3:39,65; 2. Crouch, AUS, 3:39,86; 3. Moorcroft, GB, 3:39,88; 4. Zemen, HON, 3:39,94; 5. Wessinghage, RFA, 3:40,06; 6. Overt, GB, 3:40,34; 7. Mignon, B, 3:40,92; 8. Mamede, POR, 3:42,59; chute de Hill, CAN

2^e série

1. Coghlan, Eire, 3:38,60; 2. Wohlhuter, USA, 3:38,71; 3. Van Damme, B, 3:38,75; 4. Clement, GB, 3:38,92; 5. Wellmann, RFA, 3:38,99; 6. Gonzalez, F, 3:40,72; 7. Craig, CAN, 3:41,02; 8. Nevens, B, 3:41,52; 9. De Jesus, POR, 3:47,37

1500 m, finale

1. Walker, Nlle-Zélande 3:39,17
2. Van Damme, Belgique 3:39,27
3. Wellmann, RFA 3:39,33
4. Coghlan, Eire 3:39,51
5. Clement, GB 3:39,65
6. Wohlhuter, USA 3:40,64
7. Moorcroft, GB 3:40,94
8. Crouch, Australie 3:41,80
9. Zemen, Hongrie 3:43,02

5000 m, séries

1^{ère} série

1. Quax, NZ, 13:30,85; 2. Geis, USA, 13:32,36; 3. Kusnezov, URSS, 13:32,78; 4. Viren, FIN, 13:33,39; 5. Conrath, F, 13:34,39; 6. Hernandez, MEX, 13:36,42; 7. Florotu, ROU, 13:37,09; 8. Kamata, JAP, 13:38,2; 9. Black, GB, 13:39,37; 10. Warnke, Chili, 13:39,6; 11. Leddy, Eire, 13:40,6; 12. Cerrada, E, 13:43,8; 13. Lamothe, Haïti, 18:50,07

Abandon de Puttemans

2^e série

1. Polteunis, B, 13:45,40; 2. Päivärinta, FIN, 13:45,77; 3. Hildenbrand, RFA, 13:45,85; 4. Stewart, GB, 13:45,94; 5. Gomez, MEX, 13:46,23; 6. Tibaduiza, COL, 13:49,49; 7. Ortis, I, 13:52,40; 8. Rabbi, Iran, 14:47,12; 9. Kokinej, N.GU, 14:58,33

3^e série

1. Foster, GB, 13:20,34 (RO); 2. Dixon, NZ, 13:20,48; 3. Kvalheim, NOR, 13:20,60; 4. Sellik, URSS, 13:20,81; 5. Uhlemann, RFA, 13:21,08; 6. Simoes, POR, 13:21,93; 7. Orimus, FIN, 13:23,43; 8. Smet, B, 13:23,76; 9. Buerkle, USA, 13:29,01; 10. Boxberger, F, 13:36,94; 11. Byffel, CH, 13:46,04

5000 m, finale

1. Viren, Finlande 13:24,76
2. Quax, Nlle-Zélande 13:25,16
3. Hildenbrand, RFA 13:25,38
4. Dixon, Nlle-Zélande 13:25,50
5. Foster, GB 13:26,19
6. Polteunis, Belgique 13:26,99
7. I. Stewart, GB 13:27,65

8. Simoes, Portugal 13:29,38
9. X. Kvalheim, Norvège 13:30,33
10. Uhlemann, RFA 13:36,07
11. Sellik, URSS 13:36,72
12. Geis, USA 13:42,51
13. Päivärinta, Finlande 13:46,61

Abandon de Kusnezov, URSS, sur chute

La tête sur les épaules

(...) Durant quatre ans, Viren s'est ménagé - alors que d'autres se sont carrement usés (Puttemans justement) - sans jamais perdre pourtant le plaisir de courir. Durant quatre ans, il a tout misé sur le prochain rendez-vous, celui de Montréal. La tête bien sur les épaules, il savait que c'était pour lui un quitte ou double et que s'il parvenait à rééditer son exploit, en plus de l'"immortalité" (à prendre au sens large), il concrétiserait du même coup tous les projets échafaudés sur ses deux premières médailles.

On se souvient de son comportement idéal lors du 10.000 mètres. Ses adversaires les plus dangereux: Foster surtout, et Mamede aussi purement évoquer l'excuse d'être avant tout des spécialistes de 5.000 mètres. Mais ceci, Viren le savait aussi. Il prépara donc sa tactique en connaissance de cause, se disant en lui-même:

- Le 5.000 mètres est la course à Foster. La caractéristique de l'Anglais est de démarrer sèchement à mi-course et de faire la différence, une différence fatale pour des adversaires trop inattentifs.

Viren laissa donc tomber l'électricité du peloton durant le premier kilomètre. Ensuite, beaucoup plus tôt que sur 10.000 mètres, il vint se placer aux avant-postes. Le meilleur moyen de prévenir une attaque, c'est de prendre soi-même l'initiative. Il se porta donc en tête au troisième kilomètre, à la surprise générale. Non pour forcer l'allure, mais pour dérouter ses adversaires qui le connaissent sous un autre jour. Foster surtout ne s'en remit pas. A chaque instant, on attendait son attaque, mais elle ne vint pas. La stratégie de Viren, à savoir éviter toute course avant le début du dernier tour, était couronnée de succès. Là, tout était encore possible. Pourtant, le futur vainqueur possédait maintenant un avantage psychologique indéfinissable. En effet, tous ses poursuivants devaient admettre dans leur subconscient - et je (suite à la page 31)

Photos des 3 pages suivantes

Le regard expressif de quatre héros, heureux ou malheureux, des Jeux olympiques de Montréal:

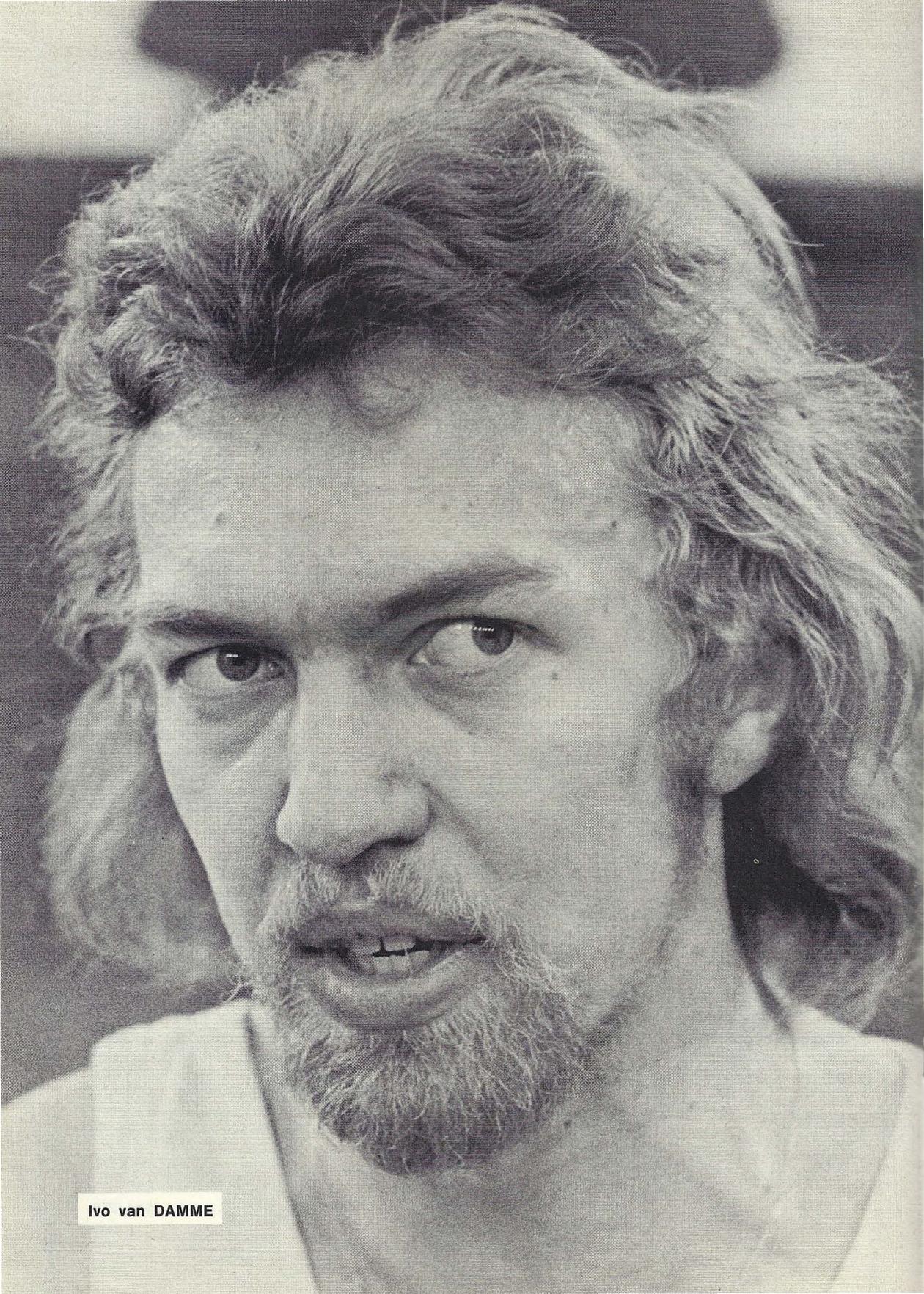
p. 27 (ci-contre): Sür de sa supériorité, le Néo-Zélandais John Walker, recordman mondial du mile et du 2000 m, éliminé sur 800 m, mais médaille d'or sur 1500 m.

p. 28: Ambitieux, mais lucide et intelligent, le Belge van Damme, médaille d'argent sur 800 m (en 1'43"86 !) et sur 1500 m.

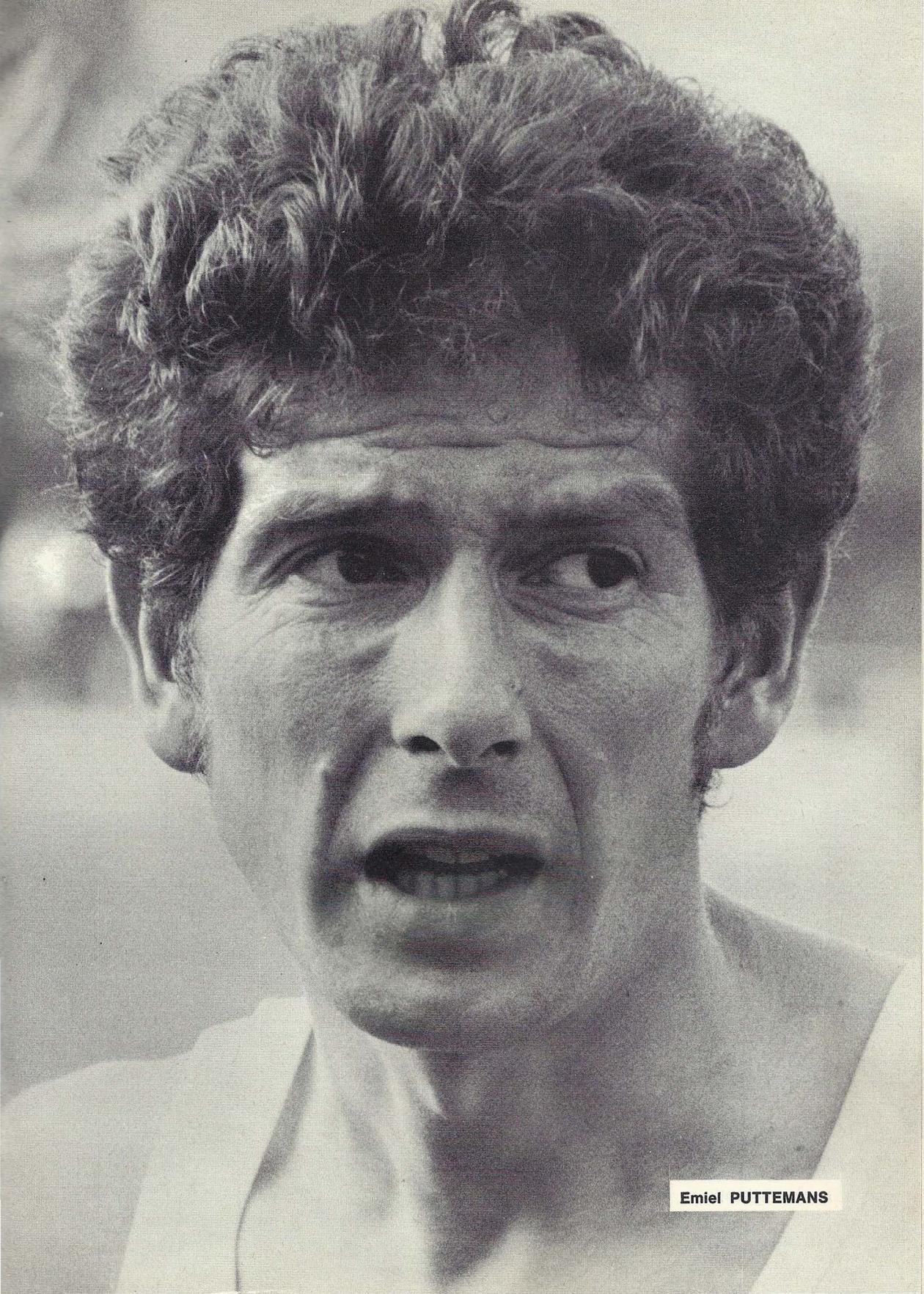
p. 29: Personnifiant le doute et l'incertitude, son compatriote Emiel Puttemans, recordman mondial sur 5000 m, mais qui abandonna en finale du 10 000 m et en série du 5000 m. (Photos Peter PROBST)



John WALKER



Ivo van DAMME



Emiel PUTTEMANS



Anders GÄRDERUD

puis vous assurer, par expérience, que les images courent, dans la tête, pendant une épreuve de fond - qu'ils s'étaient laissés mener par le bout du nez.

Ceci ajouté à l'euphorie du souvenir - le souvenir des moments décisifs a un pouvoir dopant - rendait Viren pratiquement invulnérable.

Du grand art !

Yves Jeannotat
"Tribune de Lausanne" du 1.8.76

10000 m, séries

1^{ère} série

1. Lopes, POR, 28:04,53; 2. Gomez, F, 28:10,52; 3. Haro, E, 28:11,66; 4. Hermens, NL, 28:16,07; 5. Fitzsimons, AUS, 28:16,63; 6. Ford, GB, 28:17,26; 7. Lismond, B, 28:17,45; 8. Vainio, FIN, 28:26,6; 9. Jancijevic, YOU, 28:48,8; 10. Mendoza, USA, 29:03,0; 11. Mora, COL, 30:26,6; 12. McCubbins, CAN, 33:22,4; 13. Charles, Haïti, 42:00,2

2^e série

1. Smet, B, 28:22,07; 2. Foster, GB, 28:22,19; 3. Börö, NOR, 28:23,07; 4. Floroiu, ROU, 28:23,40; 5. Fava, I, 28:24,80; 6. Virgin, USA, 28:30,2; 7. Warnke, Chili, 28:43,6; 8. Hari, Inde, 28:48,8; 9. Leddy, Eire, 28:55,2; 10. Tibaduzá, COL, 29:28,2; 11. Gomez, MEX, 30:05,2; 12. Levisse, F, 32:07,8

3^e série

1. Simmons, GB, 28:01,82; 2. Björklund, USA, 28:12,24; 3. Viren, FIN, 28:14,95; 4. Puttemans, B, 28:15,52; 5. Wardlaw, AUS, 28:17,52; 6. Uhlemann, RFA, 28:29,28; 7. Kamata, JAP, 28:36,2; 8. Hernandez, MEX, 28:44,2; 9. Quax, NZ, 28:57,0; 10. Shaughnessy, CAN, 29:27,0; 11. Rault, F, 29:40,8; 12. Ruiz, E, 31:03,4; 13. Rabbi, Iran, 31:44,2; 14. Tau, NIG, 32:27,0

10000 m, finale

1. Viren, Finlande 27:40,38
2. Lopes, Portugal 27:45,17 RN
3. Foster, GB 27:54,92
4. Simmons, GB 27:56,26
5. Floroiu, Roumanie 27:59,93
6. Haro, Espagne 28:00,28
7. Smet, Belgique 28:02,80
8. Ford, GB 28:17,78
9. Gomez, France 28:24,07
10. Hermens, Pays-Bas 28:25,04
11. Lismond, Belgique 28:26,48
12. Wardlaw, Australie 28:29,91
13. Björklund, USA 28:38,08
14. Fitzsimons, Australie 29:17,74

Abandon de Börö et de Puttemans
5000 m en 14'09"; 2^e 5000 m en 13'31";
dernier 1000 m en 2'37"5 (2'30" à Munich)

3000 m steeple, séries

1^{ère} série

1. Malinowski, POL, 8:18,56 (RO);
2. Baumgartl, RDA, 8:21,25; 3. Gärderud, S, 8:21,43; 4. Campos, E, 8:24,53;
5. Toukonen, FIN, 8:27,91; 6. Marsh, USA, 8:31,46; 7. Villain, F, 8:35,03;

Photo de la page 30

D'une sobre mais efficace opiniâtreté, le Suédois Gärderud, médaille d'or sur 3000 m steeple (en 8'08"2, record mondial !)
(Photo Peter PROBST)

8. Bicoart, GB, 8:35,71; 9. Maier, RFA, 8:44,82; 10. Larkins, AUS, 8:46,89; 11. Asgeirsson, ISL, 8:53,95

2^e série

1. Coates, GB, 8:18,95; 2. Kantanen, FIN, 8:20,82; 3. Glans, S, 8:23,73;
4. Karst, RFA, 8:25,02; 5. Robertson, NZ, 8:26,31; 6. Staynings, GB, 8:29,21;
7. Thijs, B, 8:31,55; 8. Brown, USA, 8:33,25; 9. Koyama, JAP, 8:37,28;
10. Roche, USA, 8:37,26

3000 m steeple, finale

1. Gärderud, Suède 8:08,02 RM
(a.RM: 8'09"8, Gärderud, 1975)
2. Malinowski, Pologne 8:09,11
3. Baumgartl, RDA 8:10,36
4. Kantanen, Finlande 8:12,60
5. Karst, RFA 8:20,14
6. Robertson, Nlle-Zélande 8:21,08
7. Glans, Suède 8:21,53
8. Campos, Espagne 8:22,65
9. Coates, GB 8:22,99
10. Marsh, USA 8:23,99
11. Staynings, GB 8:33,66
12. Toukonen, Finlande 8:42,74
1000 m en 2'43"5 (Campos); 2000 m en 5'29" (Malinowski); chute de Baumgartl sur le dernier obstacle.

Marathon

1. Cierpinski, RDA 2:09:55 RO
2. Shorter, USA 2:10:45
3. Lismond, Belgique 2:11:12
4. Kardong, USA 2:11:15
5. Viren, Finlande 2:13:10
6. Drayton, Canada 2:13:30
7. Moissejev, URSS 2:13:33
8. Fava, Italie 2:14:14
9. Gotski, URSS 2:15:34
10. Schoofs, Belgique 2:15:52
11. Singh, Inde 2:16:22
12. Sop Choe, Corée N. 2:16:33
13. Magnani, Italie 2:16:56
14. Bengtsson, Suède 2:17:39
15. Orzel, Pologne 2:17:43
16. Spik, Finlande 2:17:50
17. Foster, NZ, 1932! 2:17:53
18. Cuevas, Mexique 2:18:08
19. Dezart, Haïti 2:18:21
20. So, Japon 2:18:26
21. Mizukami, Japon 2:18:44
22. Pinto, Portugal 2:18:53
23. De Jesus, Porto Rico 2:19:34
24. Vellkorodnych, URSS 2:19:45
25. Hermens, Pays-Bas 2:19:48
26. Norman, GB, 2:20:03; Toivola, FIN, 2:20:26; Jensen, DK, 2:20:44; Koussis, Grèce, 2:21:42; Howard, CAN, 2:22:08; 31. Angus, GB, 2:22:18; Usami, JAP, 2:22:29; Mendoza, Cuba, 2:22:43; Kolbeck, F, 2:22:56; Wardlaw, AUS, 2:23:56; Yerman, CAN, 2:24:17; Aktas, TUR, 2:24:30; Veli, TUR, 2:24:47; MacNamara, Eire, 2:24:57; Rodgers, USA, 2:25:14;
41. Lopez, HON, 2:26:00; McDaid, Eire, 2:27:07; Cardoso, PAR, 2:27:22; Kim, Cor.N., 2:27:38; Watson, GB, 2:28:32; Fernandez, E, 2:28:32; Groz, POL, 2:28:45; Cubillo, COL, 2:29:04; Radales, HON, 2:29:25; Manandhar, Népal, 2:30:07;
51. Banos, E, 2:31:01; Go-chun, Cor.N., 2:31:54; Serrano, P.R., 2:34:59; Mielke, RFA, 2:35:44; Cusack, Eire, 2:35:47; John, N.GUI, 2:38:04; Idava, PHIL, 2:38:23; Swan, BERM, 2:39:18; Kokinai, N.GUI, 2:41:49; Guachalla, BOL, 2:45:31;
61. Polsi, BERM, 2:46:30

"Les Jeux olympiques, c'est la guerre en chaussures à pointes."

Hugh Atkinson

CIME

Ascension Mt-Faron, F, 27 mai
Cat. C; 14,1 km/500 m; 276 classés!
"Parcours magnifique, excellente organisation... jusqu'à l'arrivée: les organisateurs n'avaient pas prévu autant de coureurs pour la première édition. Si bien qu'ils furent passablement dévidés ensuite. Il faut laisser à l'organisateur le temps de se rôder."

(Reffray)
1. Reffray, Marseille, 29 52:57
2. Angelvy, Marseille, 23 53:55
3. Tosello, Nice, 31 54:37
4. Audiger, Calvisson, 23 56:17
5. Mariani, Vitrolles 56:45
6. Lubet, Bordeaux, 32 56:50
7. Soulier, Brignoles, 22 57:00
8. Laugier, Toulon, 35 57:07
9. Vaillant, La Seyne, 26 58:40
10. Blanc, La Seyne, 38 58:52
DeLaup, Avinain, Dellapozza, Pluvinet, Fouche (60:51), Marchisio, Marensi, Moreno, Rivière, Bongiovanni, Bertrand, Maignien (62:10), Augris, Tournereau, Clanet, Martinet, Chapput, Dufour, Ates, Hartel, Fernandez (64:21)...

Jeunes gens (28 classés)
1. Oppliger, Suisse, 19 55:54
2. Delmas, Marseille, 19 60:14
3. Gerara, Hyères, 19 66:30

Sabatier, Rust, Farras, Grasso, Schramm, Planchon, Roques...

Féminines (17 classées)
1. Pougenc, Calvisson, 21 73:34
2. Pluvinet, Nice sans temps
3. Benafch, Nice sans temps
Exbrayat, Armand (14'), Dupont, Reffray, Adam, Ragaru, Patte, Deloffre...

Vétérans I (24 classés)
1. Taylor, Lyon, 44 58:26
2. Bonneau, La Seyne, 43 61:22
3. Vernay, Grenoble, 40 63:15
4. Jond, Grenoble, 43 64:24
5. Mayer, La Seyne, 40 64:29
Duvert, Bossu, Hudecek, Gayme, DiGioia, Bellanger (71:34), Armand...
Vétérans II (8 classés)
1. Nicosia, Marseille, 51 64:56
2. Fleurot, Fréjus, 51 sans temps
Roux, Auby, Pelan, Suria...

Plans - Cab. Plan Névé, CH, 3.7.

Cat. C; 6km800/1170 m; 144 classés
1. Fischer, Brugg, 29 50:25
2. Tramonti, Erstfeld, 22 50:51
3. Wehren, Gryon, 31 52:22
4. Spuler, Endingen, 29 54:22
5. M. Salamin, Grimentz, 20 55:51
6. Durgnat, La Balmaz, 32 56:00
7. Gadiotet, France, 27 56:15
8. Berlie, Tanay, 25 56:30
9. F. Jacot, Chx-de-Fds, 20 57:07
10. Pichon, Longirod, 23 57:44
Caille, Long, Melly, Laubscher, Guingnard, Dorsaz, JF.Barbier, T.Tramonti, Clerc, Favrod, Salamina (60:06), Gay, Bardill, Bergamelli, Burri...

Jeunes gens (10 classés)
1. Hermann, Bex, 17 60:09
2. Fovet, France, 19 60:37
Grechi, S.Epiney (9 ans! 67'50"), Deillon...

Féminines (5 classées)
1. Loir, Amiens, 18 67:00
Bracco, Pillet, Deloffre, Claudet...
Vétérans I (26 classés)
1. Devilliers, France, 40 58:19
2. Chessex, Grand-Lancy, 47 63:00
Pascal, Matthey, Roth, Rieder, Armenog (71:07), Mettan, Mattot...

Vétérans II (9 classés)
1. Gillard, Bulle, 50 64:12
2. Degoumois, Lavey, 52 65:36
Debergam, Mathys, Marthe...

(classement intermédiaire CIME v. p. 38)

**Le samedi 23 octobre 1976
à Martigny (Valais)**

sur un circuit de 1031 m dans les rues
de la ville :

*Corrida
internationale
d'Octodure*

Catégorie	Distance	Départ	Taxe
<i>Ecoliers (1964-66)</i>	1 031 m	17 h 15	Fr. 5.—
<i>Ecolières (1964-66)</i>	1 031 m	17 h 15	Fr. 5.—
<i>Cadets A (1961-63)</i>	2 062 m	17 h 30	Fr. 5.—
<i>Cadettes A (1961-63)</i>	2 062 m	17 h 30	Fr. 5.—
<i>Cadets B (1959-60)</i>	3 093 m	17 h 45	Fr. 8.—
<i>Cadettes B (1959-60)</i>	3 093 m	17 h 45	Fr. 8.—
<i>Juniors (1957-58)</i>	5 155 m	18 h 10	Fr. 10.—
<i>Dames (dès 1958)</i>	5 155 m	18 h 10	Fr. 10.—
<i>Populaires (1937-56)</i>	8 248 m	18 h 45	Fr. 12.—
<i>Vétérans (dès 1936)</i>	8 248 m	18 h 45	Fr. 12.—
<i>Elite B (1937-56)</i>	10 310 m	19 h 30	Fr. 12.—
<i>Internationaux</i>	10 310 m	19 h 30	Fr. 12.—

Superbe médaille (1re d'une série) :
à chaque arrivant.

Nombreux challenges et prix.

Liste complète des résultats : dès 20 h 30.

Logement : possible en dortoirs (Fr. 5.—).

Inscriptions : jusqu'au 6 octobre 1976
au moyen du bulletin de versement spécial

Renseignements :

Claude FRANC, Pré-Borvey 5,
1920 Martigny (Suisse)
Tél. (026) 2 48 69

— avec la probable participation d'Uhlemann
(vainqueur en 1975), des Anglais Stewart et
Wigley, du Français Kolbeck, du Portugais
Pinto, des meilleurs coureurs suisses et d'au-
tres champions étrangers

— avec la probable participation de l'Espagnole
Valero (vainqueur du Cross des Nations), etc.

— avec le patronage spécial de SPIRIDON !

Dimanche 12 septembre 1976

1ère course pédestre

(CIME cat. C)

**CHARMEY -
VOUNETZ**

Départ : 11 heures

En Gruyère, pays de Fribourg, SUISSE
10,400 km / 750 m de dénivellation

Course ouverte à tous :

Cat. juniors, séniors, vétérans I et II,
et dames

Challenge par équipe (3 coureurs)

Avant l'épreuve principale :

Course des enfants
(dès 9 heures)

(2,700 km d'un parcours vallonné)

Après la course, musique et groupe
folklorique au village

x x x

PRIX : Challenges-Coupes, prix souvenir
à chaque participant ayant terminé la
course.

Prix en nature

TAXE D'INSCRIPTION : Fr. 10.—
(les coureurs étrangers paient leur
inscription sur place)

Délai d'inscription :
4 septembre 1976

Renseignements et inscriptions à
Christian Mauron
1637 CHARMEY / SUISSE
Tél. 029/7 11 17

Organisation SFG Charmey

(suite de la page 25)

Féminines (39 classées)

1. <u>Patney, Broc, 15'</u>	55:32
1. <u>Terrier, Broc, 14'</u>	55:32
Allemand, Pillet, Clerc, Ruffieux, Lottenbach (69:34), Théraulz, Freiholz...	
<u>Vétérans (16 classés)</u>	
1. <u>Etter, Lausanne, 47</u>	40:46
2. <u>Pamblanc, Lausanne, 49</u>	43:03
Simon, Gillard, Gruaz, Urweider...	

106,8 km, Firenze-Faenza, I, 29 mai

Dép. à 16 h (chaleur!); nombreux abandons.-Organisation parfaite (les 20 premiers suivis par cyclistes). Foule énorme. Ravitaillements nombreux et variés. Accueil chaleureux réservé aux étrangers. (Tognetti)

1. <u>Melito, Italie</u>	7:07:46 R
(6:42 aux 100 km)	
2. <u>Gennari, Italie</u>	7:23:08
3. <u>Novacco, Italie</u>	7:33:31
4. <u>Rurini, Italie</u>	7:45:30
Sterpin, Zanini, Papa, Giunchi, Bretagne, F, 8:33:09, ...Tognetti	9:24:26

21,097 km, Sherbrooke, CAN, 29 mai

Distance certifiée exacte par l'ACRAQ
252 classés (Dada)

1. <u>Lepine, Montréal</u>	1:10:35
2. <u>Patenaude, Sudbury</u>	1:11:40
3. <u>Corcoran, Québec</u>	1:12:25
4. <u>Rochette, Montréal</u>	1:13:41
5. <u>Laliberté, Sherbrooke</u>	1:14:13
Begin, Côté, Brown, Racine, Fitzgerald, Montuoro, Grégory, Whitclock, vét.	
1:16:54, Pelletier, Roy...	
67. <u>Laflamme, Chicoutimi</u>	1:27:41
73. <u>Nadon, Sherbrooke</u>	1:28:44

100 km, La Ferté Bernard, F, 30 mai

126 partants, 78 classés; température idéale, succès complet. (Franchi)

1. <u>Martinet, Orsay</u>	7:11:28
(meilleure performance française)	
2. <u>Le Potier, Air</u>	7:53
3. <u>Claudeix J. les-Tours</u>	7:53:20
4. <u>Masson, Argenteuil</u>	7:55
5. <u>Lacan, Huisseau</u>	7:57
6. <u>Jacquet, M.Laffitte</u>	8:11
7. <u>Girardeau, Nantes</u>	8:19
8. <u>Maillet, Rochefort</u>	8:20
9. <u>Levasseur, Lagny</u>	8:25
10. <u>Bordeaux, St Maur</u>	8:31
Dervin, Merveille, Rousseau, Deubel, Salle, Felle, Berthon, Grandier (9:44), Hachi, Lebris, Dupoux, Héroult, Auguin (9:55)...	
44. <u>Auguin, Vendôme</u>	11:41
55. <u>Mathevet, Le Lutat</u>	12:56

30 km, Angers, F, 30 mai

"Bonne organisation, mais hélas trop de voitures suiveuses qui asphyxient les coureurs! Ne peut-on obliger les suiveurs à accompagner à vélo "leur" coureur?" (Bourinet)

1. <u>Dugue, Challans</u>	1:40:21
2. <u>Ternoy, S.Béthunois</u>	1:40:57
3. <u>Rogeau, Isbergues</u>	1:45:13
4. <u>Sellier, Bordeaux</u>	1:45:42
5. <u>Glowacki, Périgueux</u>	1:46:20
Bernède, Rotureau, Bollée, Bontoux, Fauchoux, Moreau, Renard, Bourinet, Houery, vét. 1:50:04, Outangard, Sabine, Baudequin, Colombier, Thibaudaux, vét. II, 1:53:22, Dumaine... (54 classés)	

Env. 21 km, Gilly, B, fin mai

1. <u>Quinn, Etats-Unis</u>	1:07:13
2. <u>Levez, La Houssière</u>	1:08:40
3. <u>VandenEde, Renaix</u>	1:10:15
4. <u>Verstreppen, Vedrin</u>	1:10:20
5. <u>Monseur, Brabant W.</u>	1:10:56
6. <u>Staelens, Bruges</u>	1:11:49
7. <u>Duprix, Halla</u>	1:12:45

8. <u>Thonon, Sombreffe</u>	1:13:40
9. <u>Tenret, Gosselies</u>	1:13:40
10. <u>Y. Roman, La Houssière</u>	1:14:05
Laotte, Massart, M.Noël, VanParys, Cordelette, Boole, G.Verstreppen, Legast, Mimeur, Jeggers, Massa (1:18), VanLeuven, Smeets, Chintinne, Dedecheu, Moyeaers, Seegers, Claessen, Mathieu... (99 classés)	

20 km, Sept-Iles, CAN, fin mai

4 x 5 km; 50C; 59 Classés

1. <u>Corcoran, Québec, 24</u>	1:08:51
2. <u>Brown, Montréal, 25</u>	1:08:54
3. <u>Potvin, St-Félicien, 21</u>	1:09:46
4. <u>Quévillon, Montréal, 34</u>	1:11:49
Dallaire, Imbeault, Jobin (41), Paradis (17) 1:15:28, Thomas, Lévesque...	
23. <u>Lise Dumais, 14'</u>	1:28:58
28. <u>E. Bergeron, 24</u>	1:30:55

91 km, Maritzburg-Durban, AS, 30 mai

1'870 classés, dont 5 filles et 21 Noirs (Thomasset)

1. <u>A. Robb, AS</u>	5:40:43
2. <u>C. Woodward, GB</u>	5:49:19
8. <u>Rakabaele, AS</u>	5:59:02
11. <u>Jeanrichard, CH/AS</u>	6:04

21 km, Zagreb, YOU, début juin

Ter champ. internat. vétérans

Furjan 1:22:28; Piutti (I) 1:22:56;	
Hanak, Ivanovic...	
+ disciplines sur piste (Graziani)	

Env. 22 km, Massy, F, 5 juin

141 partants, 100 classés, le dernier en 2h27 (Bourinet)

1. <u>Hecquet, V.Châtillon</u>	1:13:55
2. <u>Pechon, V.Châtillon</u>	1:15:06
3. <u>Métayer, V.Châtillon</u>	1:16:00
4. <u>Durisotti, Kremlin-B.</u>	1:18:35
5. <u>Bonnot, Châlons-s-S.</u>	1:20:18
Boyer, Maupoux, Declerck, Michaut, vét., 1:22:02; Biasotto, Bourinet, Tutou, Dupret, Gareil, Bousba, Jallow, Abgrall, Laville, Ceraolo (1:26:56), Le Floch, Minnot, Jacquemin, Mathieu, Pedard, Finoux, Garnier, Thierry, Bloyet, vét.; Louarn, Crampon...Lugliengo...Dervin (1:47:35)...Charles (1:51:15)...	

21,1 km, Panama, 5 juin

1. <u>H. Lopez, Honduras</u>	1:07:00,4
2. <u>R. Mora, Colombie</u>	1:07:05
3. <u>Raudales, Honduras</u>	1:07:37
4. <u>L. Haro, Mexique</u>	1:10:27
5. <u>J. Hernandez, Salvador</u>	1:10:33
6. <u>de Pascuale, Panama</u>	1:10:35

18 km, Vallorcine, F, 6 juin

Nouvelle organisation; parcours vallonné dans une région magnifique; course patronnée par SPIRIDON dès 1977 (date: Pentecôte).

1. <u>Crottaz, Suisse</u>	1:05:28
2. <u>Voefrayer, Suisse</u>	1:05:45
3. <u>Lahied, Mt Blanc</u>	1:06:06
4. <u>Luyet, Suisse</u>	1:07:07
5. <u>Tornay, Suisse</u>	1:08:06
Héritier, Tournereau, Caul-Futy, Reynard, David (1:10:26), Girod, Bricourt, Jourget, Schaefer, Perrier...	
<u>Vétérans I, 13km500, 13 classés</u>	
1. <u>Martinez, Montfermeil</u>	51:38
2. <u>Fedrigio, Suisse</u>	53:18
<u>Vétérans II, 9 km, 7 classés</u>	
1. <u>J. Bogey, Cusy</u>	37:32
<u>Vétérans III, 4km500, 5 classés</u>	
1. <u>Michon, Paris</u>	19:24
Larroque, Bal, Iotti, Hervelen	

25km100, Ste-Eulalie, F, 6 juin

Très vallonné, 178 classés

1. <u>Cottereau, St-Affrique</u>	1:33:00 R
2. <u>Audiger, Calvisson</u>	1:44:45

3. <u>Py, Montpellier</u>	1:51:40
Grezes, N.Fabre, JF.Fabre, De Colonge, Benazet, Gineste (2:01)...	
... <u>M. Pougnec, Calvisson</u>	2:13:55

25 km, Nice, F, 6 juin

1. <u>Kheddar, Nice</u>	1:17:48
2. <u>Cacciatore, Aix-les-B.</u>	1:18:34
3. <u>Gallagher, Angleterre</u>	1:19:34
4. <u>Reffray, Marseille</u>	1:20:05
5. <u>Emery, Paris</u>	1:20:30
6. <u>Towler, Strasbourg</u>	1:20:34
7. <u>Texier, Grenoble</u>	1:20:50
8. <u>Le Noach, Redon</u>	1:23:18
9. <u>Laugier, USAM</u>	1:23:33
10. <u>Tosello, Nice</u>	1:24:26
Jossot, Durand, Charpentier, Lavorini, Vaillant, Curt, Font, Bernard, Moreno, Lechiara, Burt, Mariani (1:28:45), Gallot, Moulinet, Montagne, Leflot, Augris, Bongiovanni, Pluvinet, Guérin, Mimeur, Toto, Dominici, Gérard, Fournier, Allard, Schuck, Nicosia (1:33:42), Marchisio, Boulkoc, Rivière, Cullier, Dousse, Masilat...	

Env. 21 km, Flemalle, B, 6 juin

R. Lismont 1:11:11; Verstreppen 1:12:10; G.Lismont 1:13:16; Verjans 1:14:21; Stiennon 1:15:15; Robyns 1:15:54; Cleren 1:17:04; Gelade, Bogaerts, Nicolet, Verstreppen, Kubiac, Schosse, Hennes, Pirlot, Bogaerts, Terras...

26km138, Cierrey, F, 7 juin

"Bonne organisation, assiettes garnies à tous, nombreux prix, ambiance sympathique, mais... canicule: 224 partants, 160 classés." (Jouvenelle)

1. <u>Lemaux, Deuil</u>	1:26:13
2. <u>Recurt, A.-Mons</u>	1:28:46
3. <u>Héreau, US Métro</u>	1:29:14
4. <u>Lefaucheur, Viry</u>	1:30:27
5. <u>Lucas, P. Quevilly</u>	1:30:48
6. <u>Radenac, Paris</u>	1:31:03
7. <u>Mathiss, St-Maur</u>	1:31:22
8. <u>Pointu, US Normande</u>	1:31:34
9. <u>Mausier, Dieppe</u>	1:33:11
10. <u>Sommier, Evreux, + 40</u>	1:33:16
11. <u>Le Potier, AS Air</u>	1:33:17
12. <u>Compère, Abbeville, + 50</u>	1:34:12
13. <u>Sartin, Paris, + 40</u>	1:34:29
Lenselle, LeNoach, Blanchard, Mulard, Hurtevent, Jan, Bellanger, Sabine, Guérault, Colmar, Fisset, Lebled, Barges (1:39:02), Barbier, Lanotte, Saayman, Mandon, Petay...	

10 km, Thieux, F, 12 juin

"Pas de classements séparés, pas de chronométrage non plus (?); 75 classés, 70^e un vétéran de 73 ans, de Gagny, qui a débuté à l'âge de la retraite." (Bourinet)

Tarenne, François, Samain, Rascalou, LeGall, Bordeaux, Fanne, Blanchard, Behaguel, Bourinet, Chamanau, Zigler, Guiard, Martin, Corbeau, Moine, Languille... 37. <u>Grimaud, 39. Dervin</u> ...	
--	--

Env. 100 km, Olomouc, CSSR, 12 juin
Dolezal 7:07:17; Rosmanit 7:43:15; Andras 7:59:27

100 km, Migennes, F, 12-13 juin

190 partants, 94 classés. Forte chaleur, mais grand succès populaire; prochaine édition: 11 juin 1977.

1. <u>Deneuville, St-Maur</u>	8:01
2. <u>Da Fonseca, Paris</u>	9:17
3. <u>Maillet, Rochefort</u>	9:19
4. <u>Maillou, Paris</u>	9:42
5. <u>Lepinay, M. Alfort</u>	9:45
6. <u>Bregues, Millau</u>	9:46
Colomines, Le Bois, Jacquet, Pascal (11:09), Vernay, Lamour, Geistlich, Pradel, Toto, Potaro, Jagle	

25. Vernier, St-Héand, + 50 13:32
 46. MF. Vassogne, Reims 14:38
 48. G. Huard, Tours 14:41

21,1 km, St-Maurice, CH, 13 juin

Dép. à 10 h, châteaur Torride
 1. Moser, Münchenbuchsee 1:10:12
 2. Hill, Angleterre 1:12:01
 3. E. Gyselinck, Belgique 1:12:28
 4. Wulliemier, Lausanne 1:13:58
 5. Crottaz, Sierre 1:15:52
 6. Clerc, Bussigny 1:16:00
 7. Zehfus, Genève 1:16:30
 8. Kolly, Fribourg 1:16:38
 9. Corbaz, Le Mont 1:17:05
 10. Vuadens, Sion 1:18:50

Perren, Voeffray, Tormay, Ansermet, Amez-Droz, Bardill, P.Fournier, Croisier, Althaus, Genoud (1:22:00), Héritier, Herren, Rudaz, Stalder, Rigolet, Diener, D.Maillard (1:24:14), Tourneureau, JP.Terretaz, Ducret (56 classes)

Féminines (8 classées)
 1. Vetter, Sierre 1:36:07
 2. Bracco, Tour-de-Peilz 1:37:05
 Marguerat, Curjace, Jakot...
Juniors (11 classés)
 1. Bény, Sion 1:28:07
 2. Jörg, Onex 1:28:12
 F.Favre, Monnay, Abgottspon...

Vétérans (73 classés!)
 1. Friedli, Belp 1:12:38!
 2. Etter, Cheseaux 1:19:24
 3. Devilliers, France 1:19:53
 4. Piutti, Italie 1:20:54
 5. Jaussi 1:21:08
 6. Gilliard, Lausanne 1:24:20
 7. Panchaud, Renens 1:24:26
 8. Schmuth, Fribourg 1:24:43
 9. Rigolone, Genève 1:25:02
 10. Grenak, Genève 1:25:53

Augsburger, Saez, Sacco, Acquadro (1:27:14), Ecoeur, Fedrigo, Simonet, Fontaine, Hirschlinger, Pache, Emery, Desarzens, Zurcher, Jeannotat (1:30:43), Simon, Deleysin, De Munari, Armengol, Meyer, Mojonnet, Perone, Blanc, Kunzi, Bugnion, Mettan...

Populaires (91 classés)
 1. Roth, Bluche 1:18:22 (spécialiste de pentathlon militaire)
 2. Griffon, Clarens 1:19:31 (v. remarquer Porrentruy 16 mai)
 3. Laubscher, Thônex 1:22:05
 4. Jolidon, St-Maurice 1:22:16
 5. Reynard, Savise 1:22:26
 6. Blein, Onex 1:24:07
 Rotzer, Aeby, Savoy, Barrot, Fivat, Gérard, Richard, A.Favre, Uldry, R.Zuber, Bonvin, Mange, Fort, Oberli, Dumusc, Besson, Evéquoaz, Scherz, Piney, Morend, Schmutz, Muriser (1:32:05), Knoerr...

12,8 km, Wiltz, LUX, 13 juin

"Première course dans cette région nord du Luxembourg. Ma femme et moi nous y avons travaillé 9-10 mois (quotidienement les 3 derniers). Finalement, grâce aussi à l'annonce dans SPIRIDON, nous avons obtenu un fort beau succès. De l'avis unanime des coureurs, nous possédons un circuit exceptionnel: d'ailleurs, il n'y eut qu'un seul abandon pour 227 partants!" (Schmitz)
 "Un grand coup de chapeau à Schmitz et à son équipe: organisation impeccable pour une première édition. Parcours merveilleux. Magnifiques prix-souvenirs en étain... et aucun droit d'engagement!" (Liégeois) 226 classés

1. Ancion, Bertrix 42:03
 2. Dejonge, Bertrix 42:35
 3. Boursie, ULA 43:02
 4. Didime, France 43:30
 5. Liégeois, Bertrix 43:40
 6. Michel, France 44:40
 7. Bock, Schiffflange 44:48

8. Dulieu, Bertrix 45:11
 9. Quère, France 45:30
 10. P. Poncet, France 45:48
 Dewit, Forneck, Braun; Nicolet, Schalk, Awich, Boussat (46:53), Wolfelsperger, Fesson, Schepetlevane, Bechet, P.Wilmet, Moureaud, Bogaerts, Hensmans, Cuissard (48:58), Leclerc...

Jeunes (39 classés)
 T. Dewit, Hulshout 48:49
 2. Patry, Vilvoorde 49:40
 3. M. Dejonge, Bertrix 50:08
 4. Mignosi, France 51:25
 5. Nait, CAF 53:00
 Servranckx, Smets, Pondant, Mellina, P. Mellina, Piacentini, Delhasse, Premont, Schiltz, Charriot (58:45)...

Féminines (6 classées)
 T. D. Kaber, RB/UOP 61:01
 2. T. Kreins, Spora 61:46
 Delhasse, Lux, Braun, Tirtiaux

Vétérans I (55 classés)
 1. Reitz, RFA 45:44
 2. Gliedner, CAL 46:50
 3. Reusch, RFA 47:15
 4. J. Nicolas, Bertrix 48:02
 5. Nowak, RFA 48:53
 6. Schosse, Seraing 49:49
 7. M. Nicolas, Bertrix 50:20
 Dechamps, Schoenenborn, Maghe, Hennes, Klingen, Mimeur, Englebert (53:16), Schulze, Gruen, Gillis, L.Meyer, Pondant, Montuschi (55:36)...

Vétérans II (26 classés)
 1. Niedercorn, Schiffflange 46:05
 2. Kail, Schiffflange 48:26
 3. Depoplomont Trazegnies 49:57
 4. De Hoef, ULA 50:17
 5. L. Smets, Vilvoorde 50:29
 Merveille, Fonck, Grotenclaes, Sauber, Janssen, Debaue, Junker, Servranckx...

24,6 km, Hätsveda, S, 13 juin

"Luhrsjön runt"; 450 participants plus de 42 ans; 2. G. Pirie
 Ex. recordman mondial du 3'000 m et du 5'000 m, Gordon Pirie, 45 ans, actuellement maître de sport en Nlle-Zélande, séjourne en Suède pour se préparer au champ. du monde de course d'orientation (en septembre en Ecosse).

10 km, Dolbeau, CAN, 13 juin

"Les premiers pas": 8 épreuves ouvertes aux néophytes et aux experts. Classement perfectionné à l'extrême
 1. Montuoro, Chicoutimi 33:08
 2. Laporte, Chaparral 35:23
 3. Dallaire, Normandin 35:46
 4. Tremblay, Chicoutimi 35:47
 5. Poirier, La Doré 35:47
 Lévesque, Vachon, Imbeault, R.Tremblay, Paré, A.Poirier, Gagné, Jun.; Proulx, Dermatchez, Girard, vét.;...D.Lévesque (13 ans) 40:41;...Brunel (61 ans)42:04

Féminines (5 km, 6 classées)
 1. Lise Dumais, 14 ans 18:48
 Bouchard, Bergeron, Demers...

25 km, Thann, F, 19 juin

1. Towler, Strasbourg, 30 1:27:13
 2. G. Stoll, Strasbourg, 25 1:27:48
 3. Quère, Metz, 29 1:28:46
 4. Blein, Vittel, 28 1:29:53
 5. Beuret, Paris, 29 1:30:01
 6. Jouanel, Paris, 25 1:30:13
 Dieterle, Nicolas, Lemoine, Ochswald, Lehner, Wurtz, vét.; Renner, Stork, Beurrier, Monami, Stoll, Didime, Klufts, Goergler, Klein, Welz, Gabriel, Woelflin (1:38:53), Stregle, Pequinoit, Mandon, Boussat, Sutterlin, Cunin, Metzger... (95 classés)

25 km, Sombrefleurus, B, 19 juin

1. Chudecki, Pologne 1:17:12
 2. Revijn, Audenaerde 1:17:21
 3. E. Gyselinck, Vierzele 1:18:49

4. van Renterghem, Forest 1:19:31
 5. Peiren, Forest 1:22:04
 6. Vandendulcke, Audenaerde 1:22:14
 7. Douczky, Pologne 1:23:01
 8. Beeczman, Audenaerde 1:23:49
 9. Verstreppen, SMAC 1:24:35
 10. Mac Grattan, Eire 1:25:03
 Van Laeren, Reid, Douiller, Peeters, Duckley, Keegh, Noël (1:28:31), Martinet, M.Noël, Brinis, Behaegel, Rascaulou, vét., 1:30:51; Dubois, Samain, Fox, G.Verstreppen, Schosse, Coulee, Pierre, C.Poncet, Derove, Tutou, Declercq, Rogé, Massa, VanCutsem(1:36:16), Seegers, Debezieu, vanLeuven, vét... Merveille, vét... (86 classés)

25 km, Brugge, B, 20 juin

Pour vétérans "C'est désormais une classique! Magnifique organisation jusque dans les détails." (Nezer)
Vétérans I (248 classés!!!)
 1. Austin, Angleterre 1:23:15
 2. Van Alphen, Hollande 1:26:09
 3. Bremm, RFA 1:26:13
 4. Gadiisseur, Merksem 1:26:20
 5. Vergison, Brugge 1:26:37
 6. Van Tiegem, Hollande 1:26:52
 7. O'Hara, Angleterre 1:26:55
 8. Rooke, Angleterre 1:27:22
 9. Huyssens, Beerschot 1:27:38
 10. Vanderstappen, Leuven 1:27:42
 11. Monseur, Brabant W. 1:27:51
 12. R. Gomez, Angleterre 1:28:08
 13. Heywood, Angleterre 1:28:09
 14. Staelens, Brugge 1:28:15
 15. Compère, Abbeville 1:28:21
 Pulles, Jansen, Seye, Labberton, Niedercorn, Vinck, Horne, Wedeking, Demeyer (1:31:58), Kieckens, Kohn, De Bie, VandeVelde, Funnell, Lezy, Nowak, Demynck, Lecluyze, Fuijk, Bos, Verlinden, Simons, Koenders, Fol(1:35:39), Moerman, Desmet, Buers, Waeyaert, Van Lou, Cressis...

Vétérans II (60 classés)
 1. Goosens, Lebbeke 1:33:30
 2. Verbaan, Fesina 1:34:29
 3. Félaud, France 1:37:07
 4. Denie, G'sbergen 1:37:25
 5. Depoplomont, Trazegnies 1:39:41
 Debarger, Fitzgerald, Vermeersch, Bocklandt, Depauw, Touzeau (1:43:12), Pauwels, Verkinderen, Vanderwelk, Jenkins, Ginkel, Zwezerijnen, Manguin (1:47:21), Boucquaert, Collin...

Vétérans III (21 classés)
 1. Heunink, Denderland 1:46:19
 2. Steil, RFA 1:52:28
 3. Roger, France 1:52:52
 Daubricourt, Sam, Vartsakis, Poelman, Verlinden, Blumensaet (2:01:54), Mertens, Hässig, Moissonnier, Letellier, Zum Felde, Cauvin, Ponthieu...

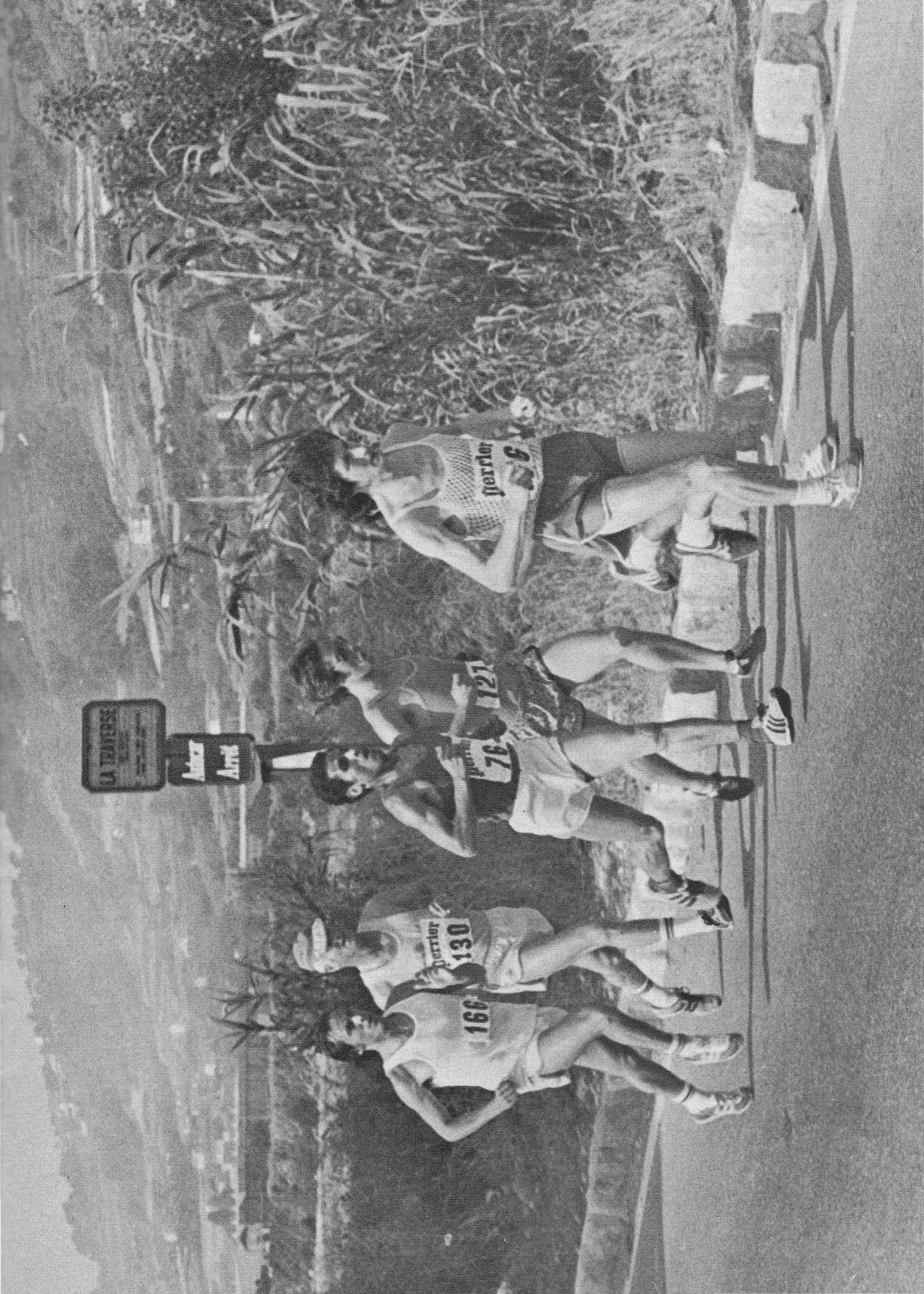
18 km, St-Gabriel de B., CAN, 20 juin

Bonne organisation, 65 classés (Dada)
 Lepine 60:56; Bedard, jun. 61:56;
 Rochette 62:48; Quevillon 66:16;
 Tremblay 66:33; Laplante 66:36; Mar-

Photos des pages 35 et 36

p. 35 (ci-contre): Au semi-marathon de Nice, l'Anglais Gallagher mène devant son compatriote Towler (127), Kheddar (76), futur vainqueur, Jossot (166) et Texier (130).
 (Photo Jean-Baptiste CHAILLY)

p. 36: "Contre le soleil infernal, la chaleur étouffante, j'étais abrité sous un parapluie, porté à tour de rôle par l'un ou l'autre de mes suivants..."
 Voir en p. 39 la "Tribune" sacrée exceptionnellement aux marcheurs de grand fond, et signée Gilbert Zanchi.





chand 67:31, Bordeleau 70:02, Bedard (15') 70:21; Dany...
35. Gendron, 13 ans 91:00
37. E. Bedard, 13 ans 91:00

Env. 23 km, Godewaersvelde, F, 21.6.
"Les organisateurs, qui ne faisaient payer que 3 F, se sont plaints du peu de participants malgré l'annonce dans SPIRIDON (c'est une base qui ne suffit pas à elle seule, surtout en région éloignée des grands axes.-NT). Je ne leur en souhaite pas plus s'ils n'allongent pas le circuit, à parcourir... 10 fois!" (Harmand)
Van Renterghem 1:15:02; Leroy 1:16:48; Ternoy 1:17:45; Ziane 1:19:40; Christiaen 1:20:47; Liesse 1:21:42; Potteux 1:22:22; Herlem 1:22:23; Marquant, Rogeau, Delfosse, Baudequin, Valat, Rambaud (1:29:27), Harmand, Colmar, Mortier, Gailliez, Cottrez (+ 40) 1:37:57; Creton (+ 40)... Leuridan (+ 40) 1:43:45; ... 33. Danielle Queniert...

100 km, Biel/Bienne, CH, 25-26 juin
Parcours mesuré pour la première fois avec précision (par des géomètres) et allongé en conséquence. 3'972 partants (3'747 en 1975), env. 2'850 classés en 24 h. Le vainqueur, un Spiridonien américain employé à Berlin comme interprète, a déjà couru le marathon en 2h23.

1. Brian Quinn, USA 7:28:23
2. Jeanrichard, Afr.Sud 7:33:39
3. Martinet, France 7:39:20
4. Jost, RFA 7:45:02
5. Reiher, RFA 7:46:17
6. Lauffs, RFA 7:46:41
7. Franck, RFA 7:46:57
8. Wodli, RFA 7:51:28
9. Sladek, Tchecoslovaquie 7:52:39
10. Walter, Suisse 7:57:27
Endrowat 7:58; Frick 8:05; Baudet 8:05; Heinz 8:10; Javet 8:12; Baumgärtner 8:12; Lachat 8:15; Schumacher 8:16; Meyer 8:22; Bourinet 8:22;
21. Schütz 8:22; Behr 8:23; Kriebel 8:26; G.Reymond 8:26; Birrer 8:28; Bernet 8:29; Schwebel 8:32; Voegeli 8:33; Kummer 8:33;
31. Kuhn 8:34; Sodupe 8:37; Fatzner 8:38; Moser 8:42; Serafin 8:42; Schmidhauser 8:43; Michel 8:43; Anthoni 8:44; Hermann 8:47; Eracle 8:48;
41. Hinterscheid 8:49; Rüegg 8:49; Tschanz 8:50; Ullrich 8:51; Rätzo 8:52; Tognetti 8:54; Künzi 8:54; Franke 8:54; Schmitz 8:54; Scheidegger 8:55; Rosset 8:55...

70. Edith Holdener 9:10

13,5 km, Livré-s-Changeon, F, 26 juin
220 partants, 189 classés; forte chaleur malgré le départ reculé de 19 à 20 h; excellente organisation, grâce surtout à Christian Delerue, du SC de Bretagne; diplôme, breloque et photo-souvenir - prise, tirée et agrandie par Delerue et sa femme! - à chacun. (Bourquin)

1. Even, Argentan 42:15
2. Pouliquen, Vitre 43:29
3. Houdot, St-Malo 46:43
4. Castel, Guipavas 46:45
5. Outhamgart, Montreuil 47:02
6. Rapinel, Aix-les-Bains 47:13
Bouvier, Neucin, Macaire, Grall, Chartier (49:39), Roussel, Pichon, Lepenetier, Lebris (51:29), Le Joly...
...Gontier, Meaux, junior 51:56
...Joulaux, Liffre, junior 52:06
...Bastard, Tréguieux 1:03:53
...Neucin, St-Marc-le-B. 1:05:52
Populaires (51 classés)
1. Gérard, Paris 49:42
2. Hellto, St-Brieuc 53:21

3. Merel, St-Aubin 55:10
Lecaer, Harel, Masson, Fouchardière, Travers...
Vétérans (21 classés)
1. Touchais, Rennes 48:28
2. Houery, Montreuil 49:29
3. Guimard, Fougères 50:20
4. Verdier, Avranches, +50 58:00
5. Gontier, Meaux 58:20
Paitel, Noury, Camille, Sablayrolles (1:04:44), Testu, Perrinaut...

8 km, Pierrefitte, F, 26 juin
Bonne organisation, nombreux prix de qualité et... inscriptions gratuites! (Jouvenelle) 122 partants, 110 arriv.
1. LeLut, V.Châtillon 25:00
2. Benharèche, Argenteuil 25:21
3. Lemeaux, Deuil 26:37
4. Bigot, Châtillon 26:47
5. Lecoin, Rouen 27:12
6. Mathiss, St-Maur 27:42
Garel, Agat, Rivallain, DufLOT, Nané, Jouvenelle (29:10), Martinez, Sartin, Braquière, Tarenne, Dacosta, Segura, Alexandre, Beddouc, Barges, Vigier, Vilhes, Gratteau, Caderon, Brechart, Guffroy, Guiard, Clément...
Féminines (4 km, 10 classés)
Dunet 16:11; Pernot 16:28; Maudez, Charles, Mulot, Seigneuric...
Cadets (4 km, 12 classés)
Geslin 13:41; Lebreton 14:06; Rabiant, Diaz, Barlagne...

15 km, St-Broladre, F, date?
80 part.; circuit difficile, organisation et accueil parfaits. (Savina)
Neucin 54:46; Macaire 54:47; Chartier 55:20; Mauriez 56:10; Bleasdale 57:30; Roussel, LeMonnier, Morin, Cuvén, Savina, Philippe...

7,2 km, Salvan-Emaney, CH, 27 juin
Course alpestre; déniv. 930 m; 154 cl.
1. Moser, Berne, 31 39:03 (R)
2. Fischer, Brugg, 29 40:17
3. Matter, Jegenstorf, 35 41:01
4. D. Siegenthaler, Berne 42:37
5. Gay, Daviaz, 24 44:08
6. Spuler, Eindingen, 22 44:19
7. Ançay, Fully, 26 44:36
8. Binder, Bex, 21 45:20
P.Favre, Jaussi, Bardill, Dorsaz (47:23), Bruchez, Favrod, Gadiolot, Diener, Laubscher, Dumusc, Ballays (50:00), R.Gay, Lattion...
Jeunes (15 classés)
1. F. Favre, Isérables, 19 45:45
2. Lonfat, Marécottes, 16 46:09
O.Fatton, Gabioud, C.Fatton, Valet, Hermann, Carron (51:51)...
Féminines (11 classés)
1. Bourguignon, Chevilly 62:08
Pilet, Speich, Miéville, Epiney...
Vétérans I (22 classés)
1. Devilliers, France, 40 45:02
2. Piutti, Italie, 41 45:06
3. Fatton, Fenin, 41 49:02
Chessex, Desarzens, Hostettler, Bétrisey, Hugon (54:43), Rieder, Armengol...
Vétérans II (8 classés)
1. Baruselli, Saignedégier 49:34
2. Degoumois, Lavey 53:27
Sarrasin, Streun, Burri, Hagmann...

22 km, Porto-Rico, fin juin
1. Vega, P.-Rico 1:04:31
2. Ramirez, P.-Rico 1:04:31
3. Norman, GB 1:05:10
24. Jäggi, Suisse 1:08:27

Env. 21 km, Serais, B, 4 juillet
50 partants, 27 classes; temp.: 37°C...
Schots 1:11:23; Boursie 1:12:12; Verstreppen 1:15:29; Coulée 1:18:02; Wolfelsperger 1:21:13; Schosse, G.Verstreppen, Fléchet, Wimet...

12,4 km, Lourtier-Mauvoisin, CH, 11.7.
Déniv.: 769m; 6km/351m pour féminines et juniors; au total 135 classés.

1. Matter, Regensdorf 51:58
2. D. Siegenthaler, Berne 53:12
3. Aebi, Ostermundigen 54:08
4. Moulin, Sion 55:17
5. Ançay, Fully 55:17
6. U. Perren, Sierre 55:32
7. G. Terretaz, Bas-Vallais 56:15
8. JF. Barbier, France 56:39
9. Luyet, Sion 56:46
10. Reynard, Sion 57:26
Monnet, Binder, Vuadens, JP.Terretaz, E.Bruchez (59:59), Griffon, Herren, Ait-haus, Varin, Bétrisey, Delacretaz, Lathion, Farquet, Forestier (1:03:22), A.Favre, Morisod, Chervaz, Mimet, Maret, Sarrasin...

Vétérans (27 classés)
1. Laven, RFA 59:23
2. Ecoeur, Chêne-Bourg 1:02:53
3. Clerc, St-Maurice 1:04:25
4. Fedrigo, Verbier 1:06:07
5. Mattot, Belgique 1:06:44
Deleysin, Grillard, Rieder, Guillaume, Franc, Hugon, Vesly (1:11:11)...

Féminines (12 classés)
1. Lofr, France 30:21
2. Miéville, Salvan 38:08
Dumoulin, Tornay, Mathey...
Juniors (39 classés)
1. Favet, France 26:06
2. Voutaz, Sembrancher 26:09
3. A. Moulin, Sion 26:15
4. Héritier, Sion 26:44
5. L. Darbellay, Liddes 27:31
J. et M. Darbellay, Baillifard, E.Sarrasin, Perreten, Formaz, P.Sarrasin, Fellay, Hermann (30:21)...

22 km, Indrois, F, 11 juillet
Forte chaleur; bonne organisation, prix à chacun; 86 classés, 139 part. (Hiver)
1. Pechon, E.S.V.C. 1:17:00
2. Cardon, R.C.F. 1:18:42
3. Radenac, C.A.S.G. 1:20:26
4. Curt, Vésinet 1:20:58
5. Métyard, E.S.V.C. 1:22:25
6. Pierre, U.S.M.T. 1:22:56
Mandon, Baker, Segura, Bourdin, Lecluse, Peschang (1:28:41), Bourinet, Dervin, Trehout, Micaléf, Deshayes, Thévenet, Despres...

Vétérans (18 classés)
1. Rascaïou, U.S.M.T. 1:24:38
2. Deutsch, Ivry 1:28:48
3. Claudeix, Joué-les-T. 1:29:30
4. Micaléf 1:35:52
5. Féléaud, Massy, +50 1:37:31
6. Michon, Bourse, +60! 1:37:40
Duchesnoy, Peschang, Touzeau...
Féminines, 15km350, 7 classés
1. Faur-Riou 1:14:37
Ferrand, Douard, Rembes...

17km700, Guénéne-Penfoa, F, 14 juillet
Interdite la veille par arrêté municipal à cause "de la sécheresse et des risques plus grands de mettre le feu" (sic), la course fut organisée au pied levé par le S.C. de Bretagne, pour ne pas décevoir tous ceux qui viendraient. Il y eut 130 partants. (Delerue)

1. Bourguin, Chateaubriand 58:40
2. Bouvier, Angers 1:00:43
3. Lucas, P. Quevilly 1:01:45
4. Lehmann, Evreux 1:02:24
5. Cariou, St-Brest 1:03:22
Lorrain, Lejoly, Girardeau, Baumar, Touzellet (1:06:45), Pichon, Potureau, Mimeur, Ménager, Mellio, Briand (1:10:08), Brossard, Lorre, Tannon, Guichard, LeGuevel, Lesage...
29. Thibaudeau, Angers, +50 1:14:59
44. Sauvaget, St-Nazaire 1:21:30
53. Ferrand, Nantes 1:25:08
56. Ollivau, Nantes 1:26:09

10km500, Eguisheim, F, 18 juillet

70 partants, forte averse	
1. Delaby, Sochaux	36:02
2. Gulyas, RFA	36:49
3. G. Stoll, Strasbourg	36:52
4. Nallard, Sochaux	37:29
5. Weber, RFA	37:44
Blein, Towler, Klufits, Wambst, vét.; Daubresse, Gabriel, Ziervogel (39:20); Rees, Bernard, Lemoine, Parmentier, Lardenois, Doppler, Ritzenthaler, Beurrier...	

Le Châtel - La Tourche, CH, 25.7.

Décriv.: 1'682 m; sentiers de montagne

1. Hauser, Obergoms	1:09:00
2. Fischer, Brugg	1:09:43
3. Tramonti, Erstfeld	1:10:25
4. Moser, Berne	1:11:23
5. Matter, Jegensdorf	1:12:25
6. Wehren, Gryon	1:12:48
7. Gay, Daviaz	1:12:52
8. D. Siegenthaler, Berne	1:13:45
9. Spüler, Endingen	1:15:30
10. JF. Barbier, France	1:16:00

Ançay, Javet, Marti, Abbi, Berlie (1:17:45); Guignard, Héritier, Aegerter, Dorsaz, Pilloud (1:19:35); JM. Lattion, Pichon, Portmann, Durgnat, Melly, G. Moser (1:21:05); Gadiollet, Luyet, T. Tramonti, Gay, Dumusc, Décombaz, Caille, Giudicetti (1:24:10)
102 classés

Vétérans (27 classés)

1. Setz, Wangen	1:18:50
2. Baruselli, S'Ilégier, +50	1:20:25
3. Lauen, RFA	1:27:15
4. Fontaine, Lausanne, + 50	1:28:13
5. Degoumois, Rieder, Hostettler, Hugon, Deleysin, Armengol, Bingisser, Roth, Mettan (1:39:25); Vögeli, Carron...	

22,5 km, Bertrix, B, 25 juillet

1. Marzée, Moha	1:12:03 R
2. E. Gyselincq, Vlierzele	1:12:40
3. Dejonge, Bertrix	1:13:19
4. Eudier, France	1:13:56
5. Ancion, Bertrix	1:14:37
6. Fossé, France	1:15:27
7. Ornellis, Molenland	1:16:18
8. Liégeois, Bertrix	1:16:33
Moriau, Dulieu, Boursie, M. Gyselincq, Jacques, Lucas (1:20:46); Fesson, Tag, Wambst, vét.; Cordelette, Gijbels, Lecruyse, Guissard, Cappelmans, J. Nicolas, Janssens, Miette...	
30. J. Ritzenthaler, France	1:29:17
34. R. Trullemans, Anderlecht	1:30:21
49. R. Delhasse, Bertrix	1:36:28

Marathon

Marathon, St-Affrique, F, 15 mai

Dép. 19 h, 152 partants; parcours mesuré à la roue de géomètre; 109 classés (47 à moins de 4 h).

1. Benoît, St-Chély	2:37:30
2. Maillet, Rochefort	2:48:30
3. Brenques, Millau, + 40	2:52:30
4. Delbois, Toulouse	2:58
Andrivon, Bondet, Grèzes, Barthez, Gaillard, Benazet, Granier, Fabre, Richard, Gineste, Rayssac, Cadilhac, Juliani...	
23. D. Pezet, Nîmes	3:36:10
41. A. Brenques, Millau	3:54:15

Marathon, São Paulo, BR, mai ?

Une boucle en pleine ville...

1. Eloy Schleder	2:18:09
2. B. Rubens da Silva	2:25:39
3. F. Alves de Barros, 38	2:26:15

Marathon, Patiala, Inde, 27 mai

1. Shivnath Singh	2:15:57 RN
-------------------	------------

Marathon, Vancouver, CAN, 29 mai

1. Jackson, Vancouver	2:20:30
-----------------------	---------

27. D. Brown-Heritage	2:47:34
(5e sur 800 m aux Jeux de 1968)	
... M. Paul, Oregon	2:49:30
... H. McDonald, VOC	3:00:50
(Pittet)	

Marathon, Zanzibar, TAN, 29 mai

Conditions climatiques extrêmes

1. Guebre Gurmu, Ethiopie	2:13:35
2. T. Tsrengatev, Ethiopie	2:16:15
Nadi (E) 2:17:06; Bedane (E) 2:17:27;	
Mabuza (SWA) 2:20:15; Kirimiti (KEN)	
2:21:43; Musa (OUG) 2:23:30	

Marathon, Wittenberg, RDA, 30 mai

20 x 2'100 m...

Cierpinski 2:12:21; Truppel 2:13:44;	
Arnhold 2:14:53; Lesse 2:16:04; Eberding 2:17:34; Baumbach 2:19:43...	
Seul Cierpinski est retenu pour les J.O.!	

Marathon, Riehen, CH, 5 juin

Champ. nat.; excellente organisation; parcours et conditions très favorables.

1. Veld, Pays-Bas	2:17:45
2. Jansen, Pays-Bas	2:20:30
3. Vandelweyden, Pays-Bas	2:21:59
4. Moissonnier, France	2:22:37
5. Jäggi, Fribourg	2:24:02
6. Kaiser, Brühl	2:24:35
7. Umberg, Berne	2:26:49
11. Strebel, Lucerne	2:28:48
12. Thomet, Belfaux	2:29:34
14. Soler, Locarno	2:30:50
15. R. Moser, Olten	2:31:25
16. Walti, Aarau	2:32:24
20. D. Siegenthaler, Berne	2:34:20
21. Burri, Burgdorf	2:34:26
22. A. Moser, Berne	2:35:28
24. Schüpbach, Basel	2:35:37
Hunger, Abbi, Markstaller, Grütter... A. Siegenthaler, Cattin (2:38:42); Wiedmer... Schweizer... Barben, Willemin (2:40:19)... U. Dystli, Wild, Spuler, Unternährer, Aegerter, A. Gwerder, Leuenberger, Dinkel, Griffon (2:42:23); Ingold, Rauber, Calonder, Devilliers (2:44:02); Schaffner, Rindlisbacher, Ulrich, Thommen, Rotach, Frick, Schneberger, Salzmann, Dähler (2:48:15); Peyer, Stalder, Zingg, Nikles, Borer, Portmann (2:49:58); Aregger, Althaus (2:50:49)... 158 classés	

Marathon, Arvert, F, 6 juin

"Dép. à 8h45, parcours légèrement vallonné, bonne organisation; beaux prix aux premiers, et au moins une bourriche d'huîtres et une bouteille de pinot ou de cognac à chaque arrivant. Dommage que les organisateurs n'aient pas fait davantage de publicité." (Maillet)

1. Fauchaux, Thouars	2:47:29
2. Maillet, Rochefort	2:48:08
3. Monjarret, Rochefort	2:56:37
Lebris, Gimard, Mathard, Brochon, Gorrand, Grolléau...	

Marathon, Kisumu, KEN, 6 juin

Kingeji 2:16:30; Ndoou 2:17:25	
--------------------------------	--

Marathon, Otrokovice, CSSR, 12 juin

1. Accaputo, Italie	2:17:30
2. Kolbeck, France	2:17:58
3. Jansky, Tchécoslovaquie	2:18:10
4. Caraby, France	2:19:48
Risi 2:20:49; Cervigni 2:20:55; Montagnon 2:21:00; Ceni 2:21:03; Leibold (RFA) 2:21:08; Hellwig 2:21:31; Kubelt 2:22:07; Siefert 2:22:21; Lacour 2:22:37; Cacciatore 2:22:43;... Priano 2:23:24;... Margerit 2:23:55;... Kheddar 2:26:28;... Bernabeu 2:30:48...	
1. Italie 45; 2. France 73; 3. RFA...	

Marathon, Oyarzun, E, 16 juin

Temp. 19°C; humide; très bonne organi-

sation (Toro)
Manguan 2:15:18; Diaz 2:15:55; Banos 2:16:50; Gomez 2:17:51; Landa 2:21:16; Toro 2:30:53 (13 partants)

Marathon, Pau, F, 19 juin

"Excellent accueil, hébergement parfait, public très chaleureux. Course difficile à cause de la température élevée." (Delerue)

1. Delerue, Spi. Bretagne	2:46:53
2. Mimoun, 54 ans	2:47:54
3. Moreau, Spi. Bretagne	2:48:35
Anweiller 2:49:54; Girardeau 2:50:49;	
Juilliot 2:51:37; Castagnes 2:52:34;	
Labastie 2:53:10; Ibos 2:53:42; Texier 2:58:21; Silvère, Pernaudeau, Borinet, Himeur, Colombier, Lasserre, Fokke de G., Couais...	
20 km: Martani 1:14:49; Militello 1:14:49; Ilibabona 1:15:10; Pedoussaut, Laborde... Bourire 1:41:00...	

Marathon, Sysele, B, 4 juillet

Champ. nat. vétérans; chaleur! 57 partants, 30 classés

Vergison 2:41:05; Staelens 2:44:42;	
Demunck 2:53:23; Gadisseur 2:57:16;	
Lecluyse 3:01:48; Fol 3:02:46; Depoiltment (+50) 3:03:11; Declodet 3:05:01;	
VanLoos 3:16:23; Verkindere (+50) 3:17:34; Janssens 3:18:56 ...	

(suite de la page 31)

CIME: Classement intermédiaire et officiel aux avant Stierre-Final
par J. BERTIE

Manquent les classements d'Ascain et de Skiddaw Fell et certaine précision concernant une féminine du Mte Faudo. Seniors

1. Angelvy, France, 92 pts en 4 épr. 2. Fischer, Suisse, 81 (4); 3. Refray, France, 69 (3); 4. Berlie, 66 (6); 5. Audiger, France, 62 (4); 6. Wehren, Suisse, 56 (3); 7. Lacarra, France, 40 (2); 8. Demeestere, France, et Steiner, Suisse, 32 (2); 10. Tatabi, Algérie, 31 (2)
Jeunes gens

1. Oppliger, Suisse, 140 (5); 2. Gerara, France, 81 (3); 3. Rust, France, 47 (3); 4. Fattion, Suisse, 44 (2); 5. Pécaud, Suisse, 40 (3); 6. Lauret, France, 39 (2); 7. Fovet, France, 38 (2); 8. Hermann, Suisse, 35 (2); 9. Dupoux, France, et Gex, Suisse, 29 (2)

Féminines

1. Pouénc, France, 139 (5); 2. Deloffre, Suisse, 125 (7); 3. Bracco, Suisse, 108 (4); 4. Armand, France, 101 (5); 5. Exbrayat, France, 94 (5); 6. Boulkouk, France, 81 (3); 7. Miéville, Suisse, 64 (3); 8. Ragaru, France, 54 (3); 9. Pilet, Suisse, 49 (3); 10. Benafch, France, 42 (2); 11. Loir, France, 40 (2)

Vétérans I

1. Devilliers, France, 136 (6); 2. Pascal, France, 131 (8); 3. Debaue, Belgique, 68 (6); 4. Vernay, France, 65 (3), et Chessex, Suisse, 65 (4); 6. Zürcher, Suisse, 63 (3), et Armand, France, 63 (5); 8. Bossu, France, 56 (3); 9. Mayer, France, 55 (3); 10. Labastie, France, 50 (2).

Vétérans II

1. Nicosia, France, 90 (3); 2. Auby, France, 89 (4); 3. Bläsi, Suisse, 84 (4); 4. Gillard, Suisse, 81 (4); 5. Emard, France, 75 (4); 6. Baruselli, Suisse, 50 (2); 7. Mathys, Suisse, 49 (3); 8. Degoumois, Suisse, 36 (2); 9. Dingler, Suisse, 28 (2)

Tribune

Davantage encore que les skieurs de fond ou que les cyclistes, les marcheurs sont les « cousins germains » des coureurs de fond. Il nous semble pourtant qu'on devrait commencer à marcher lorsqu'on ne peut plus courir, c'est-à-dire à partir de 100 km. Fermons aussitôt cette parenthèse faute de place pour un débat à ce sujet.

« ... Je n'ai pas la prétention de découvrir pourquoi la course est supérieure à la marche, à écrit Emile Anthoine, mais... ce sont deux disciplines qui ne se ressemblent absolument pas malgré les apparences... J'ai été recordman dans les deux genres, j'ai aussi dirigé quantité de coureurs et de marcheurs, les premiers m'ont donné la simplicité dans mon travail, les seconds, en revanche, m'ont fait souffrir avec leurs saccades dans le « déroulement », avec des styles effarants, cet accrochage au sol les obligeant à des contorsions qui, le plus souvent, ont toujours été mal interprétées par le public. (...) C'est à partir de la distance du Marathon que « l'hérésie » cessait. »

Emile Anthoine fut sans doute le plus prestigieux coureur et marcheur de son temps. Voici quelques-unes de ses performances en course à pied : 11'6 sur 100 m en 1914, 52'2 sur 400 en 1908, 1'57'2 sur 800 m en 1910, 15'29" sur 5000 m en 1907, 17 km 320 dans l'heure en 1905, 7 h. 25 pour 100 km piste en 1904, mais aussi et surtout... en 1903, Bordeaux-Paris (611 km) en 123 h ! A la marche, Emile Anthoine avait réalisé notamment 4 h 22'47" pour 50 km et 10 h 15 pour 100 km. Champion de l'écléctisme, il avait aussi réussi 6 m 16 en longueur (et 3 m 07 sans élan !), 11 m 84 au poids, etc. En 1913, il bouclait le Tour du Mont-Blanc (Courmayeur-Chamonix-Vosa-les-cols-Courmayeur) soit 165-170 km en 32 h 30, avec passage au Col des Fours à 2710 m.

Emile Anthoine, qui créa Paris-Strasbourg en 1926, est mort en 1969, à plus de 87 ans. Dans une série d'articles en préparation, intitulée « Les pédestriens », nous auront tout loisir d'examiner bientôt ce que furent les fantastiques exploits des coureurs de jadis.

On sait que, par une aberrante méconnaissance des choses de ce sport, on a banni des Jeux de Montréal non point le 20 km marche, mais les 50 km ! C'est en hommage à nos cousins germains les marcheurs que nous consacrons exceptionnellement cette « Tribune » à la marche de grand fond. Gageons que les propos qui suivent intéresseront la plupart de nos lecteurs, tout particulièrement ceux et celles qui désirent participer à des courses de 100 km.

N. T.

Serai-je l'un des marcheurs de Paris-Strasbourg ?

(...) Si l'athlétisme a un support publicitaire par des records, tel un fabuleux 8,90 en longueur, si la course bénéficie de la presse avec plus ou moins de bonheur, la marche est un sport si pauvre qu'il n'est même plus marginal dans notre pays : il n'y avait que 16 participants à une épreuve de 50 km qui s'est déroulée à Vidy le 9 mai 1976 !

On ne sait pas que Roger Quemener a mis moins de 9 h 30 pour couvrir 100 km sur piste, établissant la meilleure performance mondiale qui fut longtemps l'apanage de Florimont Cornet (depuis 1939 jusqu'à l'année dernière). On se rappelle peut-être qu'Henri Caron rallia Sion-Lausanne (100 km) en 9 h 32 min. !

Paris-Strasbourg 1976 se courra sur 530 km ! Mes camarades marcheurs sont des champions extraordinaires ! Roger Quemener vient de gagner les 200 km de Torcy en moins de 22 h 30', et à la distribution des prix qui aurait pensé que cet homme si frais avait parcouru une telle distance à une telle vitesse ? Tout comme du reste Simon, Boulloc, St-Vanne et d'autres. Au départ de chacune de ces épreuves de 24 ou 28 heures, ou de 200 km, nous sommes 50 à 80. Cette année, 25 marcheurs seront admis à Paris-Strasbourg, et les places

sont très recherchées. Serai-je parmi eux ? Je l'espère, mais encore faudra-t-il que l'examen médical rigoureux que je vais subir soit bon.

La marche de grand fond est pratiquement méconnue chez nous où nous trouvons quelques dévoués qui donneront des conseils pleins de bonnes intentions mais souvent malheureux. Et puis en définitive, je n'oserais pas m'allonger sur un sujet aussi difficile qui requiert une condition physique irréprochable, un moral bien accroché, une préparation que l'on a souvent de la peine à imaginer (alimentation, repos, musculation, etc.).

La Suisse, qui a connu de grandes années avec Linder, Carrupt, Grosjean, Scherrer, etc., a même oublié les médaillés A.-T. Schwab et Gaston Godel !

Désireux de donner à ce sport une audience nouvelle, une association* (dont j'assume présentement la présidence) comparable à un comité d'honneur a été créée ce printemps. (...)

Fitogène ou Biofit : 4 comprimés avant le départ (2 heures avant) et, selon la chaleur, 2 comprimés toutes les 2-3 heures. Récupération facilitée.

Chaussures EB-Universal (ou Sierre-Zinal) : aux 24 heures de Château-Thierry, il pleuvait : j'ai enduit l'extérieur des chaussures de « graisse à traire » (copieusement) et je n'ai pas eu à changer de chaussettes (pluie fine, très froide, persistante).

A Torcy, où j'ai mal marché, où tout a été de travers j'avais des EB-Road-Runner... le goudron était si chaud que les semelles s'imprimaient dans la route... Pour le grand fond, une semelle « Sierre-Zinal » (ou Universal) paraît la mieux adaptée.

Ampoules : ne jamais se laver les pieds ! Mais les laver avec de l'Akiléine et les masser avec de la crème Akiléine (ou les graisser légèrement avec une autre crème). A vrai dire, c'est la seule marque ou le seul produit valable connu : AKILEINE.

La France connaît des podologues exceptionnels. Même aux prises avec des pieds très abimés, ils arrivent à vous les guérir de façon à ce que vous puissiez marcher (je n'avais par exemple plus de peau sur l'avant des deux pieds lors de Strasbourg-Paris de l'année dernière, et cela dès le 150e km environ !).

Pluie : se couvrir les épaules (maillot à courtes ou longues manches), et K. Way avec capuchon. S'il fait froid, ou après minuit bonnet sous le capuchon, et se changer si la pluie transperce le K.Way. Pommade chauffante sur la pointe des épaules (pommade allongée avec de la graisse à traire) et la même chose sur le devant des cuisses.

Froid :

- a) manger
- b) poitrine et jusqu'au bas-ventre : une serviette-éponge
- c) épaules, cuisses : pommade chauffante allongée de graisse
- d) mains : gants ou moufles de laine (les gants doivent être amples car les doigts enflent).

Plus froid : manger davantage, pantalons de training sans sous-pattes, voire pantalons imperméables.

Coup de barre : s'habiller (la nuit surtout) comme s'il faisait froid, se couvrir, manger et boire chaud et respirer ! Disparaître dans son bonnet et se laisser aller

* *Honneur et Volonté*, case postale 279, 1000 Lausanne 9 (Suisse)

C'EST DINGUE... !!
DES PULLS AVEC
L'EMBLÈME
DE MON CLUB.



ARD Graphique SA
CH 2520 La Neuveville
038 51 33 18

Vêtements personnalisés
en relief velours pour clubs.
sociétés, écoles Vente directe

Dimanche 17 octobre, à 8 h 45

Marathon populaire de l'ASPTT Bordeaux

(départ et arrivée :

Stade municipal de Mérignac)

Parcours rapide et mesuré à la roue
de géomètre.

Course ouverte à tous et à toutes,
licenciés ou non.

COUPES : aux 3 premiers classés,
à la 1re féminine, au 1er étranger,
au plus jeune arrivant, au 1er vét. I
(1936-1930), au 1er vét. II (1929-1924)
et au 1er vét. III (1923 et plus âgé)

Par équipes élite : 1re équipe clas-
sée (3 h., f., ou mixte), 1re équipe
militaire (3 coureurs)

Par équipes populaires : 1re équipe
classée (8 athlètes à moins de
4 h 30) + 1re équipe corporative
(3 athlètes).

Diplôme-souvenir : à tout arrivant.

Nombreux lots (dont un voyage en
avion !)

Inscriptions (10 F) et hébergement :

ASPTT de Bordeaux,

M. Aimé CORDOBA,

marathon populaire, 11 rue Thiac,
33065 Bordeaux Cedex (France)

Tél. (heures de bureau) 44 28 36.

PARIS - VERSAILLES

Samedi 2 octobre 1976, à 15 h 30

16 kilomètres

Ouvert à tous — 5 FF

Renseignements (timbre-réponse) :

Bureau des Sports

Hôtel de Ville

78000 VERSAILLES



Dimanche 24 octobre 1976

à Suresnes* dès 14 h 30

Foulées suresnoises

(Circuit plat de 2 km à travers la
ville)

Juniors masculins : 5000 m ; **seniors
masculins** : 7550 m ; **vétérans I 40-
45 ans** : 5600 m ; **vétérans II (46 ans
et plus)** : 5600 m ; **juniors et seniors
féminines** : 3750 m.

Classement par équipes :
sur 3 coureurs (4 chez sen. masc.)
Coupes ; prix de grande valeur ;
diplôme à chaque arrivant.

Engagements gratuits (seuls figure-
ront au programme ceux parvenus
avant le 1er octobre).

Renseignements :

Michel LUCKX,

14, rue Merlin-de-Thionville,

92150 Suresnes (France)

Tél. 772 66 49 ou 967 85 77.

* à 8 km à l'ouest de Paris.

Grande Fête de l'Automne !!!

Le 3 octobre 1976

à partir de 14 h 30

à POISSY (Yvelines)

2e CROSS POPULAIRE DE LA CHARMILLE

16 catégories (10 ans et plus)

Inscription gratuite

Claude HIVER (Bureau Accueil)

Mairie de Poissy

Tél. 965 56 40

**

En 1975 (529 engagés)

sans chercher à réagir immédiatement. La nuit surtout, vers le matin souvent, la peau est froide alors que l'on a chaud : bouchonner le dos et la nuque avec une serviette, regraisser les aisselles si nécessaire, puis un brin d'embrocation sur le dos ensuite. Ne jamais utiliser de l'eau de Cologne, à moins qu'il ne reste que quelques mètres à parcourir.

Je ne parlerai pas du « loup », de la diarrhée... Comment soignez-vous une diarrhée qui vous prend alors que vous avez encore 10 ou 12 heures de marche ? (Essayez du REASEC, un médicament suisse. — NT).¹ Bref, il y a le soleil, la boisson, les besoins naturels, le sel, le sucre, le riz et les flocons, le potage et le biscuit et les produits-miracles qui se doivent d'être confirmés (le Top Ten par exemple). Car tout au long de l'effort, il faut ravitailler le moteur, moteur qui ne s'arrête jamais, ni pour boire, ni pour manger, ni pour uriner ! Je ne parlerai pas non plus de l'entraînement... Mais bientôt je vous en parlerai avec attention à des marcheurs d'une bonne trempe désireux de faire du grand fond... (Gilbert Zanchi, avenue de France 59, 1004 Lausanne, Suisse — 12 mai)

C'est dur d'entrer dans la nuit

(...) N'importe quoi en faveur de la marche sera le bienvenu, mais il serait d'ailleurs préférable que ces considérations soient valables non seulement pour ce sport, mais soient profitables à d'autres athlètes.

Diarrhée : les Français m'avaient donné leur truc : de l'élixir parigorique (pas bon à prendre, mais efficace). Je vais essayer le Réasec.

Top Ten : la première expérience date des 28 heures de Roubaix (automne 1975). Je ne sais trop que penser pour des efforts prolongés.² Un excellent complément certes, mais il ne faut pas oublier que le ravitaillement est constant tout au long de l'épreuve, et le Top Ten n'est pas suffisant. De plus, et en particulier pour ceux qui ont tendance à avoir la diarrhée, il faut faire extrêmement attention. (...)

Le gâteau de riz, bien qu'il faille mâcher, ce qui est déconseillé, est un aliment apprécié, ainsi que le riz cuit comme une soupe, sans beurre. Il en est de même des « pots de bébé » de Galactina, aliment prisé par beaucoup de marcheurs de grand fond.

Pour le foie : Hépaticum (pastille à prendre avec une boisson chaude) ou Hépaticum liquide, à prendre toutes les 7-8 heures : c'est une base valable.

Toutes ces considérations, cela s'entend, sont fonction de longues compétitions et ne semblent toucher que très peu l'amateur de distances plus courtes (jusqu'à 100 km ou 12 heures).

C'est dur de quitter le jour et d'entrer dans la nuit. C'est dur, au réveil de la nature, aux premiers chants des oiseaux, et c'est dur de finir à 16 ou 17 heures ! De grands champions expliqueraient mieux ces presque inhumaines et hallucinantes courses, malgré leur progression lente et monocrade. (...)

(Gilbert Zanchi - 17 mai).

Je n'ai jamais été massé !

(...) Tout au long de Paris-Strasbourg, je n'ai connu qu'une seule paire de chaussures : les Sierre-Zinal (ou Universal) ! Le petit cordonnier du coin, qui range mes chaussures depuis fort longtemps, avait retourné les Sierre-Zinal avec un vieux caoutchouc qu'il garde du reste précieusement pour moi.

La boisson a consisté en :

- 1) du XL 1 pour le premier jour, puis fortement additionné de sucre les jours suivants ;
- 2) du thé et de la verveine sucrée prise souvent avec 3 morceaux de sucre en plus (quelques queues de cerises, pour faire uriner, et 2 gobelets de café).

L'alimentation solide :

- 1) du riz cuit avec du Sun-bol
- 2) un brin de flocons d'avoine, insignifiant
- 3) un brin de petits fromages, insignifiant.

Plus il fait chaud, plus on boit, mais il faut manger toutes les heures en principe **Plus il fait chaud, plus on prend du Fitogène ou du Biofit.**

Pendant ou après les deux repos obligatoires (3 heures à 260e km et 1 h 30 à 423e km) je n'ai jamais été massé, les jambes étant en parfait état.

¹ Plutôt que ce médicament parfois dangereux, le Dr Sander recommande d'absorber de la pectine. N.T.

² Il est recommandé de le diluer avec du thé ou de l'eau. N.T.

En dehors de ces deux haltes obligatoires, je me suis couché 15 min. au 194e km, c'est tout ! Exception faite pour les soins et les besoins naturels, aucun autre arrêt.

Il paraît qu'une telle épreuve ne peut se concevoir sans des stimulants, ne serait-ce que pour lutter contre le sommeil. C'est faux et archi-faux ! En ce qui me concerne, je n'ai touché à aucun de ces produits. C'est le cas d'autres marcheurs également. C'est l'entraînement rationnel qui donne cette résistance.

Contre le soleil infernal, la chaleur étouffante, le manque d'air bien souvent, j'étais abrité sous un parapluie qui était porté à tour de rôle par l'un ou l'autre de mes suiveurs, et tous les concurrents étaient réduits à cette extrémité. (voir photo de la page 36.)

Enfin, il est indispensable d'avoir une équipe de suiveurs extraordinaires. J'ai eu cette chance, je leur dois tout.

(...) Pour terminer, rappelés qu'AKILEINE et ses podologues sont les seuls artistes ou orfèvres en matière de soins pour les pieds. Je n'ai jamais vu mieux. (...)

(Gilbert Zanchi - 17 juin).

Monsieur le président,

Si les galons s'obtiennent par le nombre d'applaudissements, de remarques et de salutations de collègues récoltés tout au long du parcours, le commandant du corps de police de Lausanne serait largement tombé sous mes ordres ! C'est ainsi que, grâce aux programmes gratuits largement diffusés, j'ai passé pour un policier lausannois.

Toujours au vu des programmes, ma profession étant bien acquise, d'autres regards jaloux se posèrent sur mon organisation, sur mes managers, qui eux étaient forcément policiers, ou presque.

D'aucuns voyaient en moi le policier favorisé dans son entraînement et dans les moyens matériels mis à ma disposition. Sans rien dire, je passais dans la catégorie des professionnels qui restent amateurs.

L'étonnement, la déshillusion et parfois le rire sarcastique se succédèrent lorsque j'affirmais n'être pas policier mais... percepteur, et qu'il n'y avait pas de représentant de mon club !

J'espère que les cameramen, reporters de TV et journalistes suisses n'en tiendront pas ombrage : ils ne paraissent pas surpris de cette attitude « bien de chez nous ». Et pourtant... je participais pour la 2e fois à la plus grande épreuve de marche du monde.

Paris-Strasbourg 1976 s'est déroulé sous un soleil infernal du départ à la fin, c'est-à-dire du jeudi 10 juin à 13 h. 15 au dimanche 13 juin à 17 h. 43, où je fus stoppé à Saverne, après avoir parcouru 484 km. De la 20e place au bout d'une centaine de kilomètres, je terminais en 7e position.

Sans une déchirure d'un muscle intercostal au 410e km, je pouvais prétendre atteindre Strasbourg et finir à un meilleur rang. Mais hélas, il n'y avait pas de médecin dans mon équipe.

De retour à Lausanne lundi soir, j'étais à mon bureau mardi matin. Je n'ai pas pu attendre la parution du classement, que je vous donne pour information : 1. RINCHARD Robert, 533 km en 69 h 11 min. ; 2. ALOMAINE Emile, 533 km en 73 h 14 min. ; 3. TRAVARD Louis, 533 km en 75 h 20 min. ; 4. BRANDT Jacques, env. 525 km ; 5. ANXIONNAT Roland, 484 km ; 6. SCHOUCKENS Robert, 484 km ; 7. ZANCHI Robert, 484 km ; 8. BRALLET Roger, 484 km ; puis BOULOC, CYPRYCK, LEDOUX, etc.

Vous dirai-je enfin ce qu'une expédition de ce genre coûte.

Trois mille cent francs français ont été nécessaires pour l'entretien, la nourriture, l'hébergement, l'essence, l'huile, etc, soit FS 1650.— ; frais de déplacement sur soi suisse et pique-nique pour l'équipe, FS 360.— ; frais pour le marcheur (nourriture, équipement, chaussures, imperméables, etc., env. FS 290.—. Total : FS 2300.—.

J'espère avoir défendu au mieux la Suisse au milieu des meilleurs marcheurs de grand fond, entouré et soutenu par une équipe extraordinaire et dévouée, mais je m'en voudrais de ne pas relever que mes remerciements vont à la Municipalité pour son appui en véhicules et ses encouragements.

Je vous prie d'agréer, Monsieur le Président, etc.

(Lettre de M. Gilbert Zanchi à M. Liard, président du Club sportif de la Police lausannoise, 16 juin).

Le dimanche 26 septembre, à 9 heures

2e cross-country du Ski-Club de Nyon

à La Givrine sur Saint-Cergue (Vaud)
4, 8 ou 12 km dans les pâturages
(circuit de 4 km).

Départ unique pour toutes les catégories.

Renseignements et inscriptions :

Gérard BOURRET, avenue de Lonay 5,
1110 Morges (Suisse) - Tél. (021) 71 92 59

L'ENTRAIDE SPIRIDON

c'est ce service qui s'attache, depuis plus de 3 ans, à faciliter le voyage et l'hébergement des **Spiridoniens**.

Si vous acceptez d'ouvrir votre porte (ou la portière de votre voiture) à un coureur, si vous cherchez le gîte, ou une place dans une voiture, songez à

L'ENTRAIDE SPIRIDON

Ecrivez à (prière de joindre un timbre pour la réponse) :

ENTRAIDE SPIRIDON

« L'Escalade A 3 »

74160 Saint-Julien-en-Genevois (France)

Un cas concret :

« Désireux, par la course à pied, de connaître l'Europe, un jeune Québécois courra, entre autres épreuves, le Grand Prix d'Alzette (Luxembourg) en septembre, Morat-Fribourg (Suisse) le 3 octobre, et le Giro di Trento (Italie). Désirerait s'arrêter chez des coureurs à pied à ces occasions. Qui voudra bien... Ecrire à Entraide SPIRIDON (adresse ci-dessus). »

Dimanche 5 septembre (à 9 h 30)
à Saint-Pierre d'Allevard

2e Circuit de Bramefarine

(28 et 18 km)

ouvert à tous, allure libre ;
prix-souvenir à chacun.

Engagements : (avant le 26 août !) :

7 F pour 15 ans et moins, 12 F pour
16 ans et plus, 10 F pour Spiridoniens.

**Guy EMARD, 43, résid. Clémenceau,
38830 Saint-Pierre d'Allevard (F).**

(Voir aussi en p. 40 du numéro précédent.)

L'avis du praticien pratiquant

Lectrices et lecteurs qui, pour quelque raison que ce soit en relation avec la course à pied, désirez prendre l'avis d'un médecin coureur de fond, écrivez en toute confiance à SPIRIDON, Rubrique médicale, 1922 Salvan (Suisse). Avec toute la discrétion souhaitée, votre demande sera transmise aux docteurs Sander (New York), Sheehan (Red Bank, N.J.) ou Van Aaken (RFA). N.T.

Le docteur Sheehan a fait paraître un livre qui connaît déjà un fantastique succès aux Etats-Unis : « Dr Sheehan on Running », 206 p., 3,50 dol. US. Pour vous le procurer, adressez-vous à « Runner's World », Box 247, Croydon, Surrey CR 98 AQ, GB.

Teinture de benjoin puis sparadrap

A chaque fois que je cours, au bout de quelques kilomètres mes orteils se couvrent d'ampoules, et ça devient très douloureux ! Pourtant mes chaussures semblent avoir la bonne peinture. Un vendeur m'a conseillé d'en acheter de plus larges pour annuler la pression sur les orteils. Un autre m'a dit de les garder bien ajustées car les frottements « autour du pied » peuvent aussi causer des ampoules. A votre avis, que dois-je faire ?

(R. I., Italie)

Réponse du docteur Sheehan : *J'aime avoir un peu de vide à l'avant et à l'arrière du pied. Cependant, bien des coureurs — de même que les joueurs de basket — utilisent des chaussures qui sont d'une peinture intérieure à la leur. Je vous suggère plutôt d'en prendre qui soient d'une peinture plus grande que la normale. Vous pourrez toujours porter en plus une paire de « bracelets pour chevilles ». Puis passez vos orteils à la teinture de benjoin. Laissez sécher et bandez chaque orteil séparément avec du sparadrap.*

Personnellement, pour ne pas s'exposer à des ampoules, je bande toujours deux orteils : le second et le plus petit.

Voir aussi l'article « Les pieds c'est la base »

Pour ou contre le café ?

Il m'arrive de boire une tasse de café avant l'entraînement : est-ce que ça peut me faire du tort ? et qu'en est-il des personnes qui en boivent trois ou quatre tasses ?

(J. V., France)

Réponse du docteur Sheehan : *Combien d'athlètes boivent du café avant de courir ? Je n'en sais rien. En tout cas, moi je le fais très fréquemment. Surtout avant une compétition. Certains médecins y sont opposés, spécialement si cela se passe avant une longue course : on risque à leur avis une chute de tension au bout de trois heures.*

Pourtant, pour moi qui bois habituellement du café, je ne pense pas que cela pose des problèmes. Pourquoi s'en priver, à moins de redouter des crampes, ou une diarrhée, ou quelque chose d'analogue qui restreindrait ensuite vos capacités de performance lorsque la compétition dure plus de deux heures ?

Je souffre de tendinites

Depuis deux ans, les ennuis n'ont pas cessé pour moi. Durant l'hiver 73-74, ce furent des douleurs (tendinites, d'après les médecins) tantôt au tendon d'Achille gauche, tantôt au droit. Je portais alors des talonnettes dans mes chaussures d'entraînement. Quand la douleur se faisait trop importante, un arrêt de deux-trois jours me permettait de continuer un entraînement sérieux (deux séances par jour).

L'été venu, toute douleur disparut. En novembre, blessure au genou (tendinite du tendon rattachant les quadriceps à la rotule) ; j'ai dû stopper tout entraînement

durant 6 mois. J'ai recommencé à courir, très légèrement, au printemps 1975. La douleur avait disparu mais je sentais le tendon très faible. En août, je pus reprendre un véritable entraînement.

Mais voilà que maintenant (décembre 1975), j'ai de nouveau mal au tendon d'Achille. Une tendinite, certainement. Mais j'en ai marre de consulter des médecins et de constater que la tendinite est toujours là...

Pendant deux ans, on m'a traité aux ultra-sons, à l'électricité, au moyen de pommades, et j'ai dû prendre des cachets, porter des semelles orthopédiques. Tout cela quasiment sans effet.

Je vous écris en désespoir de cause. Ma carrière — j'étais international junior — doit-elle s'arrêter là, avant même d'avoir commencé ? J'aime tellement la course à pied que je ne puis m'imaginer rester inactif ou la pratiquer en dilettante. J'espère que l'un des médecins spiridoniens pourra me donner un conseil qui mettra fin à tous mes ennuis.

(X. Francé).

Réponse du docteur Sander : *Vous avez eu pas mal de déboires, mais quelques-uns de vos problèmes peuvent être la conséquence d'un entraînement trop intensif pour vos muscles de junior. En général, une inflammation du tendon d'Achille provient d'une tension et d'une excessive mise à contribution des muscles du mollet, ceux-ci étant rattachés à l'os du talon par les épaisses fibres du tendon d'Achille.*

Voici les conseils que je peux vous donner :

1. Portez des chaussures d'entraînement et de compétition à talon très épais, bien compensé. Et prenez 100 mg de Butazolidine 3 fois par jour durant trois jours. Puis recommencez l'entraînement et continuez à prendre de la Butazolidine durant deux jours.

2. Courez seulement sur des sols uniformes. Pas de course à travers champs, ni de terrain de golf, ou de courses en forêt. Seulement sur route.

3. Commencez par courir seulement 2-5 km sans que cela vous fasse souffrir. Entraînez-vous entre 16 h. et 18 heures : c'est à ce moment-là que les muscles sont les plus souples.

4. Jusqu'à ce que la douleur ait complètement disparu, contentez-vous d'une seule séance par jour.

5. Ne faites pas de fractionné (ou interval-training).

6. Vous pourrez sûrement réaliser vos capacités, mais soyez patient : cela vous évitera d'autres blessures. Et n'oubliez pas... une bonne dose de bon sens.

7. Avant de commencer l'entraînement, faites des exercices pour allonger les muscles des mollets.

Savoir préférer une sieste

Au printemps passé, je courais en moyenne 10-15 km par jour, et ça me convenait assez bien. Depuis, je n'ai plus réussi à en faire autant ; et même, l'été j'avais toutes les peines du monde à courir 8 km. J'avais les jambes lourdes et la respiration difficile. J'ai tout d'abord cru que c'était à cause de la chaleur. Mais même quand le temps est frais, ça reste pour moi tout aussi difficile de faire chaque jour 8-10 km.

Or si l'on court, au fond c'est pour le plaisir. Dans mon cas, il y a longtemps que l'entraînement me déplaît.

(C.M., France).

Réponse du docteur Sheehan : *J'ai moi-même constaté que le fait de courir chaque jour peut être une méthode dangereuse. Peu à peu, je m'épuisais sans m'en rendre compte, et je me lassais de courir. Comme la plupart des coureurs dans ce cas, j'essayai alors d'intensifier l'entraînement. J'y perdis à la fois le plaisir de courir, et un bon point de ma forme. Maintenant, je cesse systématiquement de courir un jour par semaine. Et quelquefois même deux, et même trois jours de suite, ce qui m'aurait paru impensable autrefois. Enfin, si je prends conscience de ma fatigue et que je l'accepte comme telle, je remplace tout naturellement la course par une sieste. Après trois à dix jours de ce régime, je retrouve tout à coup cette caractéristique envie de courir.*

Si dans votre cas ce n'est pas une question de monotonie, il se pourrait bien que vous souffriez d'une déficience. Par exemple — c'est le plus vraisemblable et cela se soigne facilement — en vitamine B12. Mais il y a d'autres déficiences possibles : en fer, en hormones ou encore en d'autres vitamines. Pour ces carences et leur traitement, il vous faut consulter votre médecin.

Un maximum à 110-120 pulsations

Je voudrais savoir quel est, pour un athlète bien entraîné, le volume maximum de sang par pulsation ?

(A. N., Canada)

Réponse du docteur Sheehan : *Un cœur au repos a généralement un volume de 70-90 cm³ par pulsation. Voici les différents volumes que, dans son livre « Text-book of Work Physiology », Astrand a calculés pour des sujets de 25 ans :*

— *personne à emploi sédentaire : 100-150 cm³*

— *athlètes bien entraînés : 140-160 cm³*

— *athlètes très endurants : 175-210 cm³*

Le volume pulsatoire atteint généralement son maximum à 40 % du travail aérobic (en équilibre d'oxygène), soit un pouls de 110-120/min.

Ref. : Jensen, C.R. et Fisher, A.G. « Scientific Basis of Athletic Conditioning », p. 40. Lea & Febiger, Philadelphia, 1972).

Genoux enflés et récupération difficile

Il y a longtemps que je pratique la course à pied, mais je m'entraîne irrégulièrement car j'ai de la peine à récupérer. Pourtant ce n'est pas l'envie qui me manque ! Or, je n'arrive pas à m'entraîner 10 km par jour pendant 3 jours consécutivement...

Avec mes 67 kg pour 163 cm, je n'ai sans doute pas la morphologie idéale pour un coureur à pied. Par contre, mon pouls peut atteindre 36 puls./min. (au départ d'un marathon que j'ai terminé avec 64 kg seulement, mon... record personnel sur ce plan). Mais j'atteins facilement 70 kg, et c'est alors que j'ai le plus de ressort et de moral.

J'aurai 40 ans cette année. En compétition, je supporte très mal la chaleur mais très bien la pluie et le froid. J'ai toujours eu des problèmes avec les genoux, douleurs plus ou moins prononcées, parfois simultanément dans les deux genoux. Après un assez long échauffement, ces douleurs peuvent disparaître ; ensuite, jamais en compétition je n'ai été obligé d'abandonner.

Il m'est arrivé notamment les deux accidents suivants : après un petit saut vertical, je suis retombé légèrement en déséquilibre. Le lendemain, genou enflé et deux mois d'arrêt. A la radiographie on n'a rien décelé. Même « pépin » à une autre occasion à la suite du passage d'une haie de steeple (appui du pied sur la haie, douleur au contact du sol, puis deux mois d'arrêt à cause de ce genou enflé).

Il m'est aussi arrivé d'avoir les genoux enflés et très douloureux le matin au lever ; je ne pouvais presque pas marcher. A la radiographie on n'a rien décelé non plus dans ce cas. Je dois préciser toutefois que je n'ai jamais été sujet à des crampes ou à des ennuis musculaires. Par contre, la fatigue que je ressentais dans les genoux s'étend bien souvent à toute la jambe et même jusqu'aux hanches.

Même si je ne cours pas, je ressens cette fatigue dans les jambes, surtout en montant un escalier. Dans le courant de la journée, cette fatigue diminue parfois, disparaissant même tout à fait vers le soir.

Il m'arrive donc de pouvoir réussir d'assez bonnes performances (j'ai couru 13 marathons, le meilleur en 2 h. 56).

Les médecins que j'ai consultés m'ont trouvé en bonne santé. Alors que penser ?

(A. E., Sénégal)

Réponse du docteur Sander : *Il y a, me semble-t-il, deux causes à l'origine de vos problèmes :*

1. *Déséquilibre du talon : veillez que vos chaussures d'entraînement soient parfaitement de niveau, et qu'elles aient un bon support. Si ce n'est pas le cas, consultez un podiatre ou un orthopédiste, qui vous indiquera la correction à apporter à l'intérieur de la chaussure. Par suite d'une chondromalacie (ramollissement des cartilages), un déséquilibre du talon peut se transmettre aux genoux.*

2. *Faites deux séances d'entraînement par jour mais de 5 à 6 km à chaque fois, à allure lente et sur des surfaces bien nivelées. Essayez aussi de perdre 3-5 kg, pour réduire ainsi la pression de votre corps sur les genoux.*

En plus, prenez deux comprimés d'aspirine avant de vous mettre au lit : cela vous aidera à réduire l'enflure des genoux. Après l'entraînement, n'y appliquez pas quelque chose de chaud, mais plutôt de la glace, cela durant 15 minutes.

« Le Magnifique Quattro »

pool de courses italiennes
sur longues distances

9-12 septembre :
à **Fogizzo**, 42 km par jour.
Avec grand trophée final.

Renseignements :
« Al nos Fujss »
10090 Fogizzo (Torino)

Samedi 18 septembre, à 14 h. 30

à **Montsevelier (Jura)**
(à 13 km de Delémont)

Tour du Val Terbi

(10 km sur route)
ouvert à tous et à toutes (excellent
test avant Morat-Fribourg !)

Inscriptions (10 Fr)
et renseignements :
Vincent BRÉCHET,
2801 Montsevelier (Suisse)
Tél. (066) 38 86 24

Pour bien préparer MORAT-FRIBOURG
la plus ancienne course pédestre sur route de Suisse

55e TOUR DE LAUSANNE

Dimanche 26 septembre 1976

Dans le cadre de la Foire de Lausanne

En 1974 1er J.-P. Berset 4e à Morat-Fribourg

En 1975 1er A. Moser 2e à Morat-Fribourg

Catégories	Actifs (dès 1956), vétérans (dès 1936), juniors (1956-1957), cadets A (1959-1960), populaires (plus de 65' à M.-F.), dames (dès 1957), dames juniors
Horaire	08 h. 00 Ouverture des vestiaires (Stade olympique, tribune Sud) 10 h. 00 Départ de toutes les catégories à l'intérieur de la Foire
Inscriptions	Nom, prénom, année de naissance, club, catégorie jusqu'au 18 septembre 1976 (inscription sur place majorée de Fr. 5.—)
Adresse	LAUSANNE-SPORTS ATHLÉTISME Case postale 2793 Bergières, 1000 Lausanne 22
Paiement	Fr. 15.— (Fr. 6.— sans prix-souvenir) au CCP 10 - 4059 LAUSANNE-SPORTS ATHLÉTISME

DERNIÈRE MINUTE — DERNIÈRE MINUTE — DERNIÈRE

● *Des maillots « Ron Hill » (à résille, à base de matière textile blanche spécialement traitée contre la chaleur) arrivent ces jours-ci chez Tamini, Seigneuric et Reffray.*

● *Avis aux lecteurs de Suisse : les nouvelles cuissettes (bleu foncé) sont enfin là ! Conçues par et pour SPIRIDON, faites de coton — et donc vraiment lavables ! — munies (ou non) d'un slip et toutes pourvues d'une pratique poche intérieure, elles portent, floqué sur le devant, le bonhomme SPIRIDON. D'autre part, les casquettes « SPIRIDON-Sahara », blanches, avec protège-nuque rabattable, et bonhomme floqué en bleu, sont également livrables. — N.T.*

A VILLARD/MONTREUX

le 20 septembre 1976, à 14 heures
(Lundi du Jeune fédéral !)

2e Tour de Cubly

(9 km/déniv. 400 m)

Course populaire ouverte à tous et à toutes.

Médailles-souvenirs.

Renseignements et inscriptions

(13 Fr.) :
JORDAN-SPORTS,
1800 Vevey (Suisse)
Tél. (021) 51 12 91

Les pieds c'est la base !

Entretien avec un orthopédiste pratiquant

Le nom de l'orthopédiste Gloor* a tout pour retenir l'attention des coureurs à pied :

— cet orthopédiste suisse est lui-même coureur à pied : il fait bon parler de « ces choses-là » avec quelqu'un qui s'y connaît vraiment : avec un spécialiste pratiquant.

— pour avoir enduré lui-même certains « pépins » propres aux coureurs à pied, cet orthopédiste a su créer des supports plantaires dont la légèreté (6-7 grammes !) et la commodité étonnent et enchantent les coureurs. Et qui lui ont valu à juste titre une renommée qui a rapidement franchi les frontières de la petite Suisse (certains coureurs ne profitent-ils pas d'une course disputée en Suisse pour aller consulter l'orthopédiste Gloor !)

Il valait donc la peine de l'écouter parler de ce qui constitue, on l'oublie encore trop souvent, la base de la course : les pieds.

N. T.

— Le nombre des personnes qui souffrent des pieds semble de plus en plus grand.

— Oui, on peut dire aujourd'hui que 70-80 % des gens, y compris les enfants, souffrent de déformations des pieds. On ne risque même pas de se tromper en précisant qu'actuellement chacun souffre au moins d'un léger affaissement.

Or, aussitôt qu'il y a affaissement, il y a allongement du pied, puis frottement excessif de certaines parties du pied en contact avec le cuir ou le tissu de la chaussure. Et si à l'endroit critique il se trouve des coutures, vous sentirez se former des cloques. A la longue, cela donnera des durillons, des cors. Bref, ces ennuis proviennent tous d'une déformation, d'un affaiblissement de telle partie du pied.

Admettons que je mesure la longueur de vos pieds au départ d'une course comme Morat-Fribourg (16,4 km), et que je la mesure de nouveau à l'arrivée : nous trouverons une différence d'une demi-pointure, et peut-être même d'une pointure. Autrement dit, ne choisissez jamais des chaussures trop justes, sous peine de vous esquinter les orteils en cours de route. Et si en plus vous souffrez déjà d'une faiblesse des pieds, tout va s'enchaîner pour transformer votre fin de course en torture.

Pour deux sortes de chaussures

Une chose que l'on oublie facilement lorsqu'on parle de chaussures, c'est la différence existant entre les pieds des différents individus. Il y a des

pieds longs, maigres et étroits : dans telle chaussure standard, ces pieds vont « flotter » sur les côtés. Pour éviter ce pépin, l'intéressé va choisir des chaussures trop « justes ». Le flottement ne disparaîtra pas complètement pour autant, et les orteils souffriront quand même.

Dans le cas contraire, celui d'un pied large, il va y avoir flottement à l'arrière et à l'avant, puisqu'il aura fallu prendre une pointure un peu trop grande. Je conçois mal que les grandes firmes de chaussures de sport ne soient pas capables de nous présenter pour chaque pointure une chaussure large et une chaussure plutôt étroite. Cela permettrait déjà d'éliminer une bonne part des ennuis qui affligent un grand nombre de coureurs.

— Et si l'on insère entre la chaussure et le pied l'un de ces supports plantaires que vous confectionnez...

— Dans ce cas, le pied aura une meilleure assise, et cela permettra d'éliminer tous ces frottements, toutes ces écorchures. Pour autant, bien sûr, que celles-ci soient dues à un affaissement de la voûte plantaire.

On peut distinguer d'une part les déformations, et, d'autre part, les « dégâts mécaniques », ceux-ci étant dus au frottement de la chaussure (par telle partie du cuir en contact avec le pied). Avant le départ d'une course, il est donc tout à fait justifié de prévenir un frottement que l'on sait habituel. Il faut donc connaître ses pieds, et donc savoir à quel genre d'incident « technique » on risque de se trouver exposé en cours de route.

« Il faut nous résigner à avoir commenté par les pieds. »

André Leroi-Gourhan, paléontologiste

Trop souvent, on néglige encore ce que l'on a tendance à classer parmi les « petits riens », les bobos. Ou alors, on ne réussit pas à faire des pansements appropriés. Parfois même, on complique les choses parce que ces petits pansements — sous lesquels certains ajoutent de la ouate — diminuent encore la place laissée au pied. Ainsi, la pression de la chaussure augmente encore ! Je conseille d'appliquer plutôt un morceau de feutre autocollant où vous aménagez un trou : ainsi, l'emplacement de votre

* Cette chaussure-là existe... en 9 largeurs différentes pour chaque pointure ! Mieux : SPIRIDON est en train d'importer en Europe un modèle spécialement conçu pour l'entraînement sur route, destiné à élargir l'éventail des chaussures EB. — N.T.

* W. Gloor, Avenue de Villamont 17, 1005 Lausanne (Suisse) - Tél. (021) 23 20 58

éventuelle blessure va se trouver dans un espace vide. Bref, un pansement bien appliqué avant le départ d'une course vous permet, à peu de frais, de prévenir bien des ennuis.

Autre chose. Il n'y a pas toujours un affaissement identique pour les deux pieds. C'est-à-dire que si vous souffrez de tel affaissement à un pied, vous avez aussitôt tendance à rétablir l'équilibre, ce qui se traduit automatiquement par une charge beaucoup plus forte exercée sur l'autre jambe. Par conséquent, le déséquilibre concernera la hanche, et la nouvelle « correction » se fera au niveau de la colonne vertébrale. Vous voyez que si le déséquilibre paraît bien minime à la base, sur une taille de 170-180 cm il va rapidement et dangereusement s'amplifier.

Changer de bord

Il se peut aussi qu'au fur et à mesure des kilomètres vous vous sentiez davantage fatigué sur une jambe que sur l'autre. Admettons que vous courez sur une route bombée, comme elles le sont presque toutes. Et plus précisément sur la partie droite de la route. Comme vous sentez peu à peu la fatigue frapper la jambe gauche, vous allez changer de côté : automatiquement, vous déchargez la jambe fatiguée. Ce sont des choses que l'on ressent surtout en état de fatigue. En pareil cas, il suffit donc d'un rien — changer de côté — pour supprimer ou atténuer la douleur : il suffit parfois d'y penser.

Vous me direz que l'idéal consisterait alors à courir en suivant le milieu de la route. Mais lorsque la fatigue se fait de plus en plus grande, trop de coureurs se dirigent vers un bord et continuent ensuite à le suivre comme des robots, oubliant qu'ils favorisent ainsi un déséquilibre de tout leur squelette.

C'est une question de statique : la déformation de votre pied détermine une réaction qui se propage dans tout le corps. Même si vos deux pieds sont déformés. Parce qu'il y a encore un autre problème : la hauteur du talon.

La loi du talon

Avec telle chaussure à talon haut, comme il y en a de plus en plus sur le marché, le muscle qui à chaque pas devrait soulever le talon est de moins en moins sollicité durant la journée. Or, c'est un muscle très important pour la course : c'est lui qui garantit la souplesse de la foulée. Le soir, lorsque vous allez vous entraîner, après avoir chaussé des chaussures à talon trop mince, il y a tout à coup sous le talon une différence de 2-3 cm. Que va-t-il se produire ? automatiquement, ce muscle est étiré vers le bas. Sans compter que vous allez faire encore à chaque foulée un effort que vous ne faites jamais pendant la journée.

On a observé ça il y a 10-12 ans, lorsque la mode féminine était aux talons-aiguille, qui mesuraient parfois 11 cm. J'ai eu à cette époque des clientes qui ensuite ne pouvaient plus mar-

cher avec un tout petit talon, ou pieds nus : le muscle en question s'était progressivement atrophié. Pour un athlète qui s'entraîne fréquemment et qui fait régulièrement de la compétition, c'est un peu moins grave, mais tout de même.

Les fabriques de chaussures ont fait des progrès dans ce domaine. Pourtant, prenons le cas de la firme X... J'ai eu affaire au champion M..., qui utilise cette marque ; il est venu chez moi, se plaignant de douleurs dans la région du tendon. Tout simplement parce que ses chaussures d'entraînement ont un talon trop mince.

En avant ou en arrière ?

Il faut bien dire que cela modifie aussi la statique de votre corps. Les talons de vos chaussures sont trop minces : qu'est-ce que vous faites ? vous avez tendance à tomber en arrière. Pour éviter cette position, vous accentuez l'inclinaison du corps en avant, ce qui devient normal. Si par contre vous portez des chaussures à talons plus haut, ou renforcés, qu'est-ce qui va se produire ? vous serez tout naturellement et normalement penché vers l'avant. Vous adopterez la position d'équilibre qui convient à votre corps. Sans compter que cette position vous aidera à courir, puisque vous serez quelque peu « lancé » vers l'avant. Le talon des chaussures est donc l'un des points capitaux pour un coureur. Hélas ! en général les firmes de chaussures ne s'en occupent guère.

— Et l'on voit de grands coureurs de 5 000 m ou 10 000 m courir en compétition dans des chaussures à talon nettement trop mince...

— Oui, et je ne comprends pas du tout pourquoi ils le font. En soi, nos pieds sont faits pour courir sans chaussures sur un sol naturel (terre, sable, etc.). Normalement, deux orteils doivent à chaque pas « crocher » dans le sol, et donc aller plus bas que le talon. C'est minime, et souvent un terrain tendre y suffit. Si par contre vous quittez un sol naturel, et que vous passez sur une route ou sur une piste synthétique, il faut retrouver cette position naturelle, indispensable, en optant pour des chaussures à talon plus haut que la partie avant de la semelle.

Par les supports que je confectionne, je renforce aussi parfois les talons. Mais on ne peut pas exagérer, sinon le pied n'est plus suffisamment tenu.

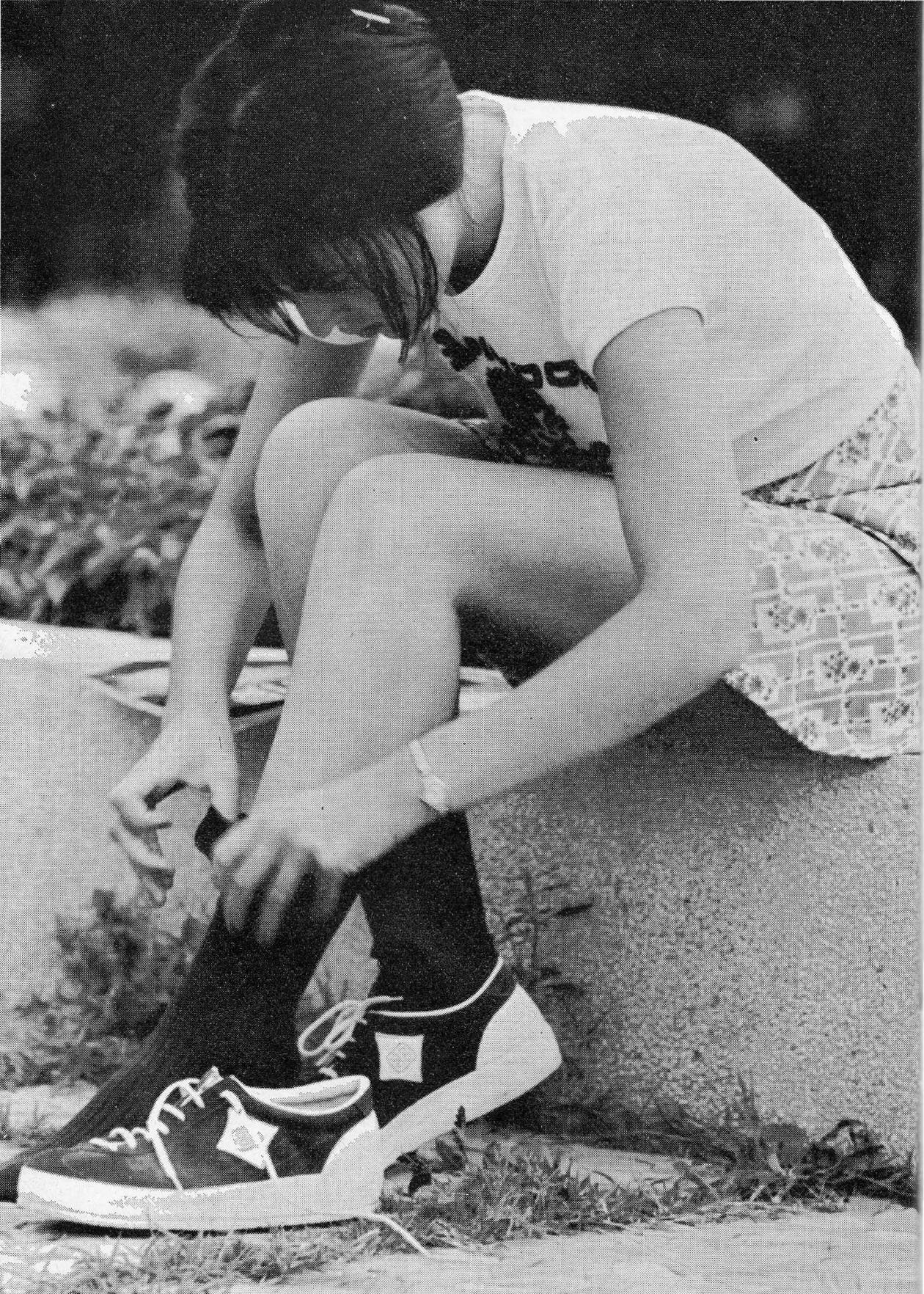
Tout cela vaut donc pour les coureurs, mais surtout pour les femmes qui courent. Car, plus que les hommes elles ont l'habitude de porter des chaussures à talon haut.

— La formation de cloques, d'ampoules, etc. serait plutôt le lot des personnes qui transpirent beaucoup des pieds...

— C'est exact. Et en général un pied qui est pour ainsi dire « maigre » ne transpire pas.

Photo ci-contre : « ...et qui ensuite ne pouvaient plus marcher pieds nus... ». (Photo Noël TAMINI)





— Pour que dans sa chaussure le pied puisse bien respirer, il doit être revêtu de cuir, et non de tissu synthétique, comme c'est le cas avec plusieurs modèles de certaines grandes marques. Qu'en est-il au juste ?

— Vous avez raison. On réussit parfois à utiliser des tissus synthétiques dits « poreux » ; Comparativement au cuir, ils ne le sont jamais assez. Bien sûr, on peut aussi prévenir ces désagréments en saupoudrant les pieds d'une abondante quantité de talc.

Masser, oui, mais après !

Par contre, ce serait une grave erreur que d'enduire les pieds de crème juste avant le départ d'une course. Avant une course, vous pouvez masser tout ce que vous voulez sauf... les pieds. Car en les massant vous les rendriez glissants. Et si, en outre, vous utilisez des chaussettes de nylon, vous avez fait tout ce qu'il faut pour devoir, à brève échéance, boiter, puis vous arrêter au bord de la route.

Vous n'aurez, par contre, pas de problème si pour courir demain vous massez vos pieds ce soir. Car quel est le but du massage ? Il s'agit en général de mélanges, à base d'huile, de glycérine, et leur fonction est tout simplement d'activer la circulation du sang. Rien d'autre. Du même coup, vos muscles sont assouplis, défatigués, bref vous vous sentez à l'aise. Il faut donc conseiller de se masser... après l'arrivée, justement pour accélérer la récupération musculaire. Hélas ! la grande majorité des coureurs font en ce domaine exactement le contraire de ce qu'ils devraient faire.

— Le bienfait du massage pré-compétitif n'est-il pas surtout d'ordre psychologique ?

— Bien sûr. Je fais tels mouvements, donc je vais m'en trouver mieux. Ajoutez certaines odeurs, du menthol par exemple, et le coureur est mis en condition...

Des champignons microscopiques

— Que peut-on dire en outre du problème des mycoses ?

— C'est la grosse misère aujourd'hui. Il s'agit en l'occurrence de la mycose des pieds, le pied d'athlète. On ne le sait peut-être pas, mais ce sont des Américains qui nous ont apporté cette saleté pendant la dernière guerre. Ensuite, en l'espace de quelques années, les cas de ces mycoses se sont multipliés. De fait, les Américains, qui font beaucoup de sport dans leurs universités, se douchent donc souvent. Les sportifs marchent alors fréquemment sur le sol humide des douches, dans des locaux plus ou moins tempérés, conditions en tous points excellentes pour favoriser la multiplication de ces champignons microscopiques.

Cette maladie est donc très contagieuse ; elle s'attaque non seulement aux espaces entre les

doigts de pied (mycose interdigitale), mais aussi aux ongles. Il faut dire que trop de coureurs négligent de se couper suffisamment les ongles des pieds. Dans certains cas, il arrive fréquemment ensuite que ces ongles deviennent sanguinolants par suite d'une pression excessive des chaussures. Le petit champignon de la redoutable mycose peut alors aller facilement se nicher entre le doigt et l'ongle et contaminer totalement celui-ci.

Il y a plusieurs choses à faire pour prévenir la mycose : tout d'abord, veillez que vos pieds soient toujours secs (utilisez du talc) dans vos chaussures. Immédiatement après la douche, vous pouvez aussi les désinfecter au moyen d'un spray ; faites-en autant avec vos chaussettes et avec vos chaussures. Car le champignon de la mycose peut également pénétrer dans le cuir. D'autre part, soignez régulièrement vos pieds ; il y a différentes pommades, liquides, etc., qui conviennent. Et puis évitez d'utiliser des chaussettes de laine (puisque on ne peut les cuire au lavage !) ou de nylon : préférez-leur des chaussettes de coton.

Beaucoup de volonté

Malgré tout, il faut convenir qu'avec la multiplication des piscines, on a de plus en plus de peine à prévenir cette mycose.

— Voilà pour la prévention. Et si l'on en est atteint, que faut-il faire ?

— Pour vous débarrasser à coup sûr d'une mycose, il vous faut surtout... beaucoup de volonté. Car c'est très long à soigner. Et vous risquez facilement de tomber dans ce piège : vous soignez un certain temps, les démangeaisons cessent, vous supposez que vous êtes débarrassé de la mycose, vous cessez le traitement. Or, la mycose n'a pas pour autant disparu : il suffit d'une certaine température et d'une certaine humidité pour que ces champignons prolifèrent de nouveau. En fait, pour vous en débarrasser, il vous faut prolonger le traitement trois mois après que les démangeaisons ont cessé, tout en désinfectant chaussettes et chaussures. C'est une stricte discipline à observer, mais elle est indispensable. Il est bon également d'utiliser deux ou trois produits en alternance : une semaine tel liquide, une autre semaine telle pommade, et ainsi de suite. Car ces champignons s'habituent rapidement à un produit donné, et lui résistent peu à peu.²

La mycose peut se manifester non seulement aux pieds, mais à toutes les parties du corps où des traces de transpiration ont tendance à subsister : dans les cheveux, par exemple, et parfois aussi entre les doigts des mains.

Si un ongle est atteint, et que vous allez chez un médecin, il vous arrachera cet ongle... mais inutilement, car la mycose continuera malgré tout.

Photo ci-contre : « ...je chausse personnellement des EB... » (Photo Noël TAMINI)

² Interrogé à Sierre-Zinal, le docteur Sander conseille un médicament radical contre *Tinea pedis* : du TINACTIN (en solution appliquée 2 fois par jour durant 8 jours). N.T.

— Y a-t-il des marques et des modèles de chaussures à préférer ?

— *Je chausse personnellement des EB. Les différents modèles n'ont pas tous le même poids (ni la même semelle), et certains coureurs peuvent préférer tel modèle, plus léger, et donc moins confortable à tel autre, plus lourd. Or, c'est le confort de la chaussure qui est en définitive déterminant : si vos pieds sont à l'aise dans tel modèle, vous supporterez facilement quelques grammes de plus que dans tel autre modèle, plus léger et donc moins confortable.*

— **Les effets d'une chaussure mal conçue, défectueuse, se manifestent parfois seulement au bout de plusieurs années. On peut ne rien ressentir de particulier pendant longtemps, et tout à coup souffrir de douleurs aux genoux, aux hanches, dont l'origine est en général liée au port de chaussures défectueuses.**

— *A ce sujet, pour moi le point principal reste la hauteur du talon, encore insuffisante dans la plupart des chaussures d'entraînement ou de compétition qui se trouvent sur le marché.*

(propos recueillis par N. T.)

Attention : dès le numéro prochain débute une série d'articles intitulés « Les pédi-trucs du Dr Sheehan », l'un des praticiens pratiquants qui conseillent les lecteurs de SPIRIDON.

Pour prévenir les courbatures et pour accélérer la récupération :

BIOFIT ou FITOGÈNE

En Suisse (Tamini, (026) 8 22 12, en France (Seigneuric ou Reffray) et en Belgique (Delhassé), le BIOFIT est vendu exclusivement par SPIRIDON : en boîtes de 100, 500 ou 1000 comprimés. De composition quasiment identique, le FITOGÈNE est vendu seulement en emballages de 100 comprimés.

Posologie : 3-4 comprimés 1 heure avant un long entraînement éprouvant ou une compétition de fond et 2 comprimés 30 min. après, toujours avec un peu d'eau ou de thé. — Durant une épreuve de 100 km. : 2 comprimés toutes les deux heures. — En période d'entraînement normal : 2 comprimés par jour.

Dimanche 5 septembre 1976

**1er TROPHÉE
DES PACCOTS**

course sur route :

Châtel-St-Denis - La Frasse -
Les Paccots

catégories :

licenciés, vétérans,
populaires, dames, juniors

distance : 12,4 km

logement : à disposition

renseignements :

OFFICE DU TOURISME
1618 Châtel-Saint-Denis
Tél. (021) 56 71 51

Ecussons et fanions brodés, tee-shirts, médailles, trophées, insignes métalliques, badges, articles de fête, autocollants :

Coupes - Fanions - France

B.P. 143, **68300 St-Louis-la-Chaussée**
Tél. (89) 67 24 76

Ouverte à tous et à toutes

Dimanche 12 septembre

9e course du Levron (10 km.)

Nombreux prix, médaille à chacun.

Renseignements : **Gilbert Joris,**
1931 Le Levron (Valais)
Tél. (026) 8 81 74

A Deuil-la-Barre

le samedi 9 octobre à 15 h.

***Deuxième
semi-marathon
populaire***

***Enghien -
Montmorency -
Deuil***

Ouvert à tous et à toutes

Nombreux prix, coupes et médailles.

Engagements : Fr. 10.—.

Claude CAIRE,
23, rue Jean-Mermoz, app. B 12
95360 Montmagny (France)

Samedi 2 octobre à 14 h. 30

MÉMORIAL ETIENNE GAILLY

**III^e marathon
international
de Nivelles**

sur un parcours mesuré
à la roue de géomètre

Départ et arrivée :
Grand-Place de Nivelles

Secrétariat :
Halle omnisports (parc de la Dodaine)

Pas de taxe d'inscription !

Diplôme : à tout concurrent terminant
la course

Plus de cent prix attribués,
ainsi que dix coupes et un challenge.

Renseignements et inscriptions :
Michel Goffaut,
avenue Trigodet 14
1401 Baulers-Nivelles (Belgique)

Sachez...

...que 303 personnes ont participé dans les délais au « concours spiridolympique ». A l'issue du marathon de Montréal, seuls 8 concurrents avaient deviné le nom du vainqueur de cinq des huit finales considérées. Le temps qu'ils avaient indiqué pour le vainqueur du marathon a permis de les départager. Voici le nom de ces huit lauréats :

1. **Serge LEMOINE**, de Vittel (France), qui gagne 15 jours de voyage au Brésil lors de la prochaine corrida de São Paulo ;
2. **Loïc HARDY**, de France également, qui gagne un chèque de 300 FS pour frais de déplacement à la course de Hluboka, en Tchécoslovaquie, plus un week-end pour deux personnes dans un hôtel de Hluboka ;
3. **Michel SOL**, de Nemours (France), qui gagne un chèque de 200 FS pour frais de déplacement à la course de Sierre-Zinal le 14 août 1977, plus un week-end pour deux personnes dans un hôtel de Zinal ;
4. **Bernard BOBES**, de St-Etienne (France), qui gagne une montre à quartz (digitale), programmée pour 4 ans ;
5. **Victor MATTOT**, de Braine l'Alleud (Belgique), qui gagne un chronographe suisse ;
6. **Jean-Jacques JORIS**, de Sierre (Suisse) ;
7. **Clément VARIN**, d'Alle (Suisse) ;
8. **André VERNAY**, de Seyssinet (France), qui gagnent chacun une paire de chaussures EB.

Gagnent également une paire de chaussures EB : Patrice SARRAZIN, de St-Vallier (France), Guy DUMAS, de Dijon (France) ;

Gagnent un *survêtement finlandais* : Paul MASSON, de Monthey (Suisse), Michel POINSON, de Liancourt (France), Daniel DUMORTIER, de Rueil-Malmaison (France), René BLEIN, de Contrexeville (France), Patrick COMMISSAIRE, de Versailles (France) ;

Gagnent un *survêtement italien* : Yves CLASTRIER, de Salons-de-Provence (France), Yves MARCHAL, de Dijon (France), Denis DESHAYES, de Mesnil-Esnard (France), Bernard MORIN, de Longwy (France), Gaston JASPART, d'Ivoz-Ramet (Belgique) ;

Gagnent un *blouson coupe-vent* : Kathelyne de CORTEBAETEN, de Wetteren ten Ede (Belgique), Jean-Pierre GRILLON, d'Orsay (France), Michel PARDON, de Champigny-s-Marne (France), Lionel MANELLI, de St-Maur (France), Hubert KERDELLANT, de Paris (France), Jean-Marie BILBAUT, de Verrières-le-Buisson (France), Philippe THEYTZA, de Vissoie (Suisse), Charly FARDEL, de Prilly (Suisse), Bruno BRUNI, de S. Benedetto del Tronto (Italie) et Jacky SALAMIN, de Sierre (Suisse) ;

Gagnent un *abonnement d'un an à SPIRIDON* pour une personne de leur choix : Philippe MOTTET, de Seraing (Belgique), Jorge LOPES DA FONSECA, de Paris (France), Michel EQUEY, de Renens (Suisse), Dominique ZEHFUS, de Genève (Suisse), Pierre LEBLED d'Evreux (France), Paul CORNOUX, de Marly-le-Roi (France), Philippe COQUOZ, de St-Maurice (Suisse), Jacques BUISSON, de Montmagny (France), Luc EPINEY, d'Ayer (Suisse) et H. JOOS, de Bonheiden (Belgique). Suite de la liste des 75 lauréats dans le prochain numéro.

Toutes les personnes qui gagnent des chaussures ou des vêtements sont priées de nous préciser la pointure des chaussures ou la taille des vêtements ; celles qui gagnent un abonnement pour une personne de leur choix sont également priées de nous préciser l'adresse du bénéficiaire de cet abonnement. Merci et bravo pour votre perspicacité !

...que du 7 au 24 juillet dernier le rédacteur de SPIRIDON s'est trouvé inopinément en vacances en **Bulgarie**, un merveilleux pays qui vous garantit des vacances régénératrices : le dépaysement à tout point de vue. Nous y reviendrons en temps utile. Précisons dès maintenant que nos amis bulgares songent à concrétiser de véritables échanges entre coureurs universitaires et Spiridiens de Suisse et de France. De même, sur proposition de nos amis des pays de l'Est, nous étudions la possibilité de publier bientôt une édition de **SPIRIDON en russe**.

...que faute de place (Jeux olympiques obligent !), la publication du classement de différentes courses CIME

est reportée au numéro d'octobre-novembre. Voici pourtant les principaux résultats : à BARBOLEUSAZ, 1. Wehren (1:08:33) devant Wulliemier (1:09:05) ; au MONTE-FAUDO — où l'organisation fut hélas apparemment défailante — 1. Soler (1:41:22), devant Galizzi (1:43:13), Allegranza (1:44:41), Reffray (1:45:19) et Angelyv (1:46:21) ; tère féminine : Bracco.

Au MARATHON DES ALPES, 1. Wehren (2:30:24), devant Schmidt, RFA (2:38:05), 11e Annick Loir (!), 18 ans, 2:51:36. A MARVEJOLS-MENDE (plus de 800 classés) : 1. Margerit, 1:19:54 ; 2. Bobes, 1:20:06 ; 3. Bernabeu, 1:20:55 ; 4. Van Noten, B, 1:22:04 ; 5. Gmünder, CH, 1:22:14 ; tère féminine : Murat, 1:51:56 ; 1er vétéran I : Bregues, 1:30:24, devant Devilliers, 1:33:06 ; 1er vétéran II : David, 1:45:26 ; 1er junior : Gérara, 1:34:48.

A ASCAIN, 1. Lacarra, 59:51, 2. Sodupe, 59:57, 3. Berlie, CH, 1:02:23.

A SIERRE-ZINAL (départ donné par Roelants, blessé, à 1084 touristes puis à 871 coureurs) : 1. Allegranza, I, 2:46:33 ; 2. Walker, GB, 2:50:05 ; 3. Rhyn (junior !), CH, 2:50:24 ; 4. Balbi, Italie, 2:50:56 ; 5. Wehren, CH, 2:52:42 ; 6. Ron Hill, GB, 2:53:00 ; 7. Short, GB, 2:54:32 ; 8. Oberholzer, CH, 2:55:02 ; 9. Matter, CH, 2:55:05 ; 10. Barbier, F, 2:56:43 ; 11. Gorbunov, RFA, 2:57:01 ; 12. Paolinelli (vét.), I, 2:57:07 ; 13. D. Siegenthaler, CH, 2:57:09 ; 14. Sander, USA, 2:57:30 ; 15. Jesberg (vét), RFA, 2:58:26 ; 20. Toro, P. basque, 3:00:40 ; 25. Moser, CH, 3:02:35 ; 27. Presland, GB, 3:03:22 ; 50. E. Rombaux, B, 3:15:12 ; 72. Landa, P. basque, 3:22:52 ; 75. Reffray, F, 3:23:05 ; 82. Soler, CH, 3:24:36 ; 87. Etxart, P. basque, 3:26:23 ; 90. Annick Loir (!!!), 3:26:35 ; 95. Baruselli (vét. II), CH, 3:27:54 ; 96. Liégeois, B, 3:28:07 ; 148. Tamini, 3:41:30 ; 227. Lunzenfichter, F, 3:58:14 ; 230. Ritzenthaler, 3:58:34 ; 343. Ian Thompson (au courage unanimement admiré), 4:16:38, etc.

...que du 3 au 19 septembre le rédacteur de SPIRIDON se trouvera... en **service militaire**. Durant cette période, renoncez à lui téléphoner ; par contre, le courrier suivra.

...que le 25 juillet Ian Thompson écrivait de Montréal à Jean-Claude Pont, responsable de l'organisation de Sierre-Zinal « Oui, je suis aux Jeux, seulement comme spectateur, mais ça c'est plus que j'espérais. J'ai eu de la chance : deux billets, pour Margaret et moi, avion, logement, et des billets pour l'athlétisme, tout gratis, grâce au journal « Daily Mirror ». Nous espérons arriver à Zinal par voiture le vendredi 6 août vers le soir. Margaret ne courra pas cette année — elle est enceinte, nous avons appris cela cette semaine... un jour après avoir reçu notre invitation d'aller aux Jeux. Quelle semaine nous avons vécue ! ». Tous nos vœux à ce très sympathique couple de marathoniens.

...que dans le même ordre d'idées un Olivier, une Mirja et un Yves sont venus plus ou moins récemment réjouir respectivement Blaise et Lilliane Schüll, Albrecht et Marijke Moser, Christian et Yvette Liégeois. Nous partageons la joie des heureux parents, et — bien entendu — celle de toutes les lectrices qui viennent de donner le jour à de futurs Spiridiens.

...que bon nombre de Français qui écrivent à la rédaction — et donc en Suisse — affranchissent insuffisamment leurs lettres, avec un timbre de 0,80 Fr. seulement. A chaque fois, leur lettre est ensuite frappée d'une **surtaxe de 1,30 Fr. (ou 0,65 FS) imposée... à SPIRIDON**. Cela ne sera plus le cas dorénavant si les intéressés affranchissent leurs lettres d'au minimum 1,20 F (et non de 0,80 F). Pensez-y et merci.

...que le dernier numéro de SPIRIDON, adressé à Raymond José Lieutenant (France), Jean-Claude Léger (France), Jean Bimes (France), Jean-Louis Durocher (Canada) et J. Moerman (Pays-Bas) est revenu à Salvan avec la mention « **adresse inconnue** ». Que faire à chaque fois que cela se produit ? Amis lecteurs, si vous changez d'adresse et que vous désirez continuer à lire SPIRIDON, ne manquez pas de préciser l'ancienne et la nouvelle adresse à Marité Bochaty, SPIRIDON, 1922 Salvan (Suisse).

...que le Spiridon-Club de Bretagne organise à la fin d'octobre de **Brest à Rennes (256 km) une course relais** par équipes de 6 coureurs. Bienvenue à toute équipe représentant une ville, une région ou un Spiridon-Club. Bienvenue tout particulièrement aux coureurs isolés, intéressés par ce relais : qu'ils écrivent à Spiridon-Bretagne, 13, Allée du Groënländ, 35100 Rennes, tél. (99) 51 35 25 ; ils seront ensuite mis en relation avec une équipe en formation.

...que le samedi 12 juin dernier Radio Sottens (Suisse romande) a bien voulu consacrer une demi-heure à SPIRIDON. Ont participé à cette émission Régine THEY-TAZ, le docteur Charles GOBELET, Yves JEANNOTAT, Boris ACQUADRO et Noël TAMINI. Ce samedi-là ces « pratiquants » ont enregistré, toujours sous la direction de M. Claude FROIDEVAUX, une autre émission, consacrée à celles et à ceux qui débutent en course à pied. Cette nouvelle émission sera diffusée le samedi 11 septembre à 8 h. 30.

Spiridon-Club de Belgique

Pour renseignements et adhésion :

Guy NEZER, Parc Astrid, Avenue Malvoz 3,
4000 Liège

« Coup de pouce » Spiridon

Le coup de pouce Spiridon est donné à certaines épreuves dont l'organisation, l'aspect populaire, le parcours... sont actuellement appréciables.

C'est ainsi que nous encouragerons encore prochainement :

- le semi-marathon de Heule le 28 août ;
- le semi-marathon de la Houssière, à Braine-le-Comte le 29 août.
- le marathon Gailly, à Nivelles, le 2 octobre.

A ces épreuves, les Spiridoniens trouveront le stand Spiridon ; la vente des différents articles leur est réservée.

Footing pour tous

L'idée fondamentale qui justifia la création du Spiridon Club de Belgique était de propager l'idée de la course à pied accessible à tous et d'en faciliter la découverte par le plus grand nombre.

Parmi les projets retenus, il en est un pour lequel la collaboration des Spiridoniens est particulièrement demandée. Il s'agit de promouvoir des « footings pour tous » dans toutes les régions du pays. Pour cela, il faut que des Spiridoniens se proposent dans chaque région pour diriger des footings à l'intention des néophytes des deux sexes et de tous âges.

Que ces Spiridoniens veuillent prendre contact avec le SCB à l'adresse ci-dessus qui leur fournira toutes les informations et toute l'aide nécessaire.

Aux organisateurs de courses sur route

Le SCB, en vue d'aider les organisateurs de courses sur route, prépare actuellement une brochure regroupant non seulement les règlements (fort succincts au demeurant) de la Fédération internationale d'athlétisme et de la LBA en cette matière, mais également toute une série de normes et de conseils dont il sera recommandé de tenir compte pour que ces épreuves se déroulent dans les meilleures conditions possibles tant pour les organisateurs que les athlètes.

La revue « Spiridon » éditée en néerlandais

Depuis juin dernier, la revue SPIRIDON est également éditée partiellement en langue néerlandaise sous forme d'un encart qui sera adressé dorénavant à tous les abonnés habitant la région flamande du pays ainsi qu'à tout autre abonné qui en fera la demande au SCB.

Spiridon-Club de Suisse

(suite de la p. 13)

Variante de « tout le village court »

Sans perdre de temps, Hans Hugentobler et la section suisse allemande du SCS allaient partir à l'abordage. L'ANEP - « Sport pour tous », par Jörg Stäubli, son dynamique chef technique, était à la recherche d'une idée susceptible de favoriser le sport populaire dans le cadre de « Sport 76 », une exposition organisée à Saint-Gall du 18 au 27 juin. Jörg Stäubli fut immédiatement conquis par « tout le village court » un pur produit « SPIRIDON ». Mais je laisse la parole à Hans Hugentobler :

« Ce fut une formidable démonstration de course à pied, qui mit aux prises 125 Saint-Gallois et 4 champions de grande renommée internationale » *, écrit-il.

Faut-il rappeler l'origine de ce genre d'épreuve ? C'était dans un petit village basque : 3 amis s'entraînaient à la course à pied et leurs ambitions n'étaient pas modestes. Las des sourires narquois et des railleries de leurs concitoyens, ils leur lancèrent un défi qui ne manquaient pas de « sel » : « combien y a-t-il d'hommes, de femmes et d'enfants valides dans ce village ? Deux cents peut-être ? Parions qu'à nous trois, en nous relayant, nous leur montrerons nos talons sur 100 km. ! »

Les choses ne tardèrent pas et ce fut un énorme succès, narré d'ailleurs par Noël Tamini à la page 41 du No 23 de SPIRIDON.

« Parce qu'il était difficile de déplacer tout un village à Saint-Gall, poursuivit Hans Hugentobler, nous avons dû choisir une variante de la formule originale, ce qui n'enleva rien au piquant de l'exercice. Mais qui allait lancer le défi, aux portes de l'exposition ? Ron Hill et Chris Stewart (GB), Victor Mora (Colombie) et Georg Kaiser (Suisse) : excusez du peu. Sur un circuit de 800 mètres, la lutte s'engagea entre les ténors et... les autres : hommes et femmes, jeunes et moins jeunes de 9 à 76 ans : écoliers, politiciens, femmes de ménage, ingénieurs, apprentis, directeurs... Lorsque Regazzoni et Schmeling donnèrent le signal du départ, il ne faisait de doute pour personne que les Saint-Gallois, même peu, même mal, même pas entraînés du tout, auraient la peau des champions. Il n'en fut rien ! Bien que se donnant beaucoup de peine pour rester « gentils », ces derniers s'envolèrent bientôt, prenant 1 tour, 2 tours, 6 tours d'avance. Cette expérience, conclut Hugentobler, conçue et réalisée par SPIRIDON avec l'aide de l'ANEP, de Coca-Cola et de l'Association pour la défense des intérêts de la ville de Saint-Gall, aura contribué à éveiller les consciences.

A qui et par qui le prochain défi ? »

Spiridon secoue les fédérations

Depuis qu'il a pris racine, le mouvement SPIRIDON ne fait plus rire aux éclats (ce fut réellement le cas en ses débuts !). Après le temps des moqueries, de la compassion, des réactions maladroites, arrive peut-être celui de la collaboration. Très tôt déjà, le SCS a entretenu des contacts avec la Fédération suisse d'athlétisme (FSA). Perspicace, psychologue, M. Jean Frauenlob, membre de la Fédération justement, mais aussi de l'Association européenne d'athlétisme (AEA), de la Fédération internationale d'athlétisme (IAAF) et du Comité olympique suisse (COS) remarqua qu'il fallait, sans perdre de temps, réveiller les équipages endormis ou négligents, si l'on ne tenait pas à voir le bateau « SPIRIDON - Road Runners Club » international s'en aller seul sur les flots de la course à pied. C'est donc lui qui prit l'initiative d'inviter un certain nombre de fédérations nationales à une table ronde, à Bâle, le 24 avril dernier. Certes, toutes ne répondirent pas positivement — la Fédération belge, même, accueillit cette invitation avec un certain mépris — mais le premier pas était fait : la France, l'Allemagne de l'Ouest, le Luxembourg, l'Autriche et la Suisse, comprenant l'intérêt d'une telle rencontre, déléguèrent des représentants à Bâle. A cette occasion, j'eus le privilège, à la demande de M. Frauenlob, de présenter un exposé sur les origines, le développement et les objectifs du mouvement SPIRIDON au niveau national et international. Ceci devait servir de base à la discussion qui allait suivre et à laquelle je n'assistai pas. Dès le lendemain, pourtant, M. Frauenlob me fit savoir qu'elle avait été très fructueuse. Je cite : « Notre conférence d'hier, à Bâle, écrit-il, a été un grand succès. Nous avons établi un catalogue de problèmes à résoudre — définition des courses et limites d'action des fédérations — collaboration étroite avec Spiridon — activité internationale avec moins de réglementation — calendrier commun — disparition des licences — définition des catégories âges, distances, etc. — marathon — insignes et distinction — participation des jeunes, des femmes, des vétérans... Une nouvelle conférence aura lieu samedi 25 septembre 1976 à Bâle pour terminer les travaux. Entre-temps, les fédérations doivent préparer des dossiers et des projets ».

N'est-ce pas une étape importante vers la démocratisation de la course à pied ? Yves Jeannotat

* Voir photo de la p. 10 : entre Hill et Stewart, Hans Hugentobler.



Dans la campagne alsacienne, à la frontière suisse

L'Auberge « Au Marathonien du Sundgau »

148, rue de Courtavon

F 68940 PFETTERHOUSE

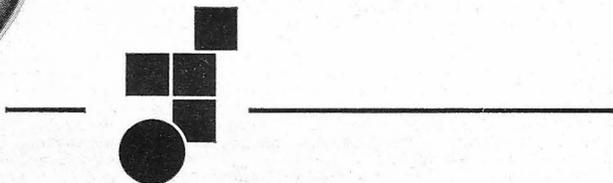
1er RELAIS des coureurs sur route qui sillonnent l'Europe

A 36 km de Mulhouse
36 km de Bâle CH
36 km de Belfort
68 km de Bienne CH
75 km de Fribourg D

Téléphone (89) 25 62 52
Restaurant Philippe Hirtzlin
Jour de fermeture MARDI



*Plus que de la médaille...
de la médaille d'art.*



Une seule adresse :

HUGUENIN MEDAILLEURS S.A.
2400 LE LOCLE

SUISSE



Venez vous entraîner en novembre
sur d'immenses plages de sable fin...
Venez courir avec nous
sous le patronage de SPIRIDON
à NAZARÉ, le 21 novembre prochain

2e semi-marathon international (21 km route)

ATTENTION : hébergement gratuit et veste-tricot régionale
aux 30 premiers étrangers inscrits et prix pour tous
Inscriptions : SPIRIDON-Portugal, Mario Machado,
av. do Uruguay 39-5.E., Lisbonne 4 (Portugal)

Calendrier

En caractères gras : les courses annoncées directement à la rédaction. Toutes les autres sont mentionnées « sous réserve ».

- 28.8 CH : La Heutte, 11 km.
 29.8 CH : CIME cat. C : Lavey-Les Martinaux, 6 km 400 / 1210 m (M. Berthoud, 1892 Lavey, tél. 025/3 73 35).
 29.8 CH : Choëx, Cross des Sives.
 29.8 F : Marathon des Crêtes, 32 km par chemins de montagne (L. Marlier, 116, Gd-Rue, 68370 Orbey).
 29.8 F : Cassel, 26 km (Marcel Bigourd, 59670 Cassel).
 4.9 CH : Vissoie, 16 km 400 (Augustin Genoud, 3961 Vissoie).
 4.9 CH : Avenches, 10 km 500, voir p. 15.
 5.9 CH : Châtel-St-Denis, 12 km 400, v. p. 50.
 5.9 CH : Le Brassus, 16 km 400, voir p. 24.
 5.9 F : Dourdan, 30 km (M. Héroult, résid. du Parc, 91410 Dourdan, tél. 492 27 46).
 5.9 F : Vouziers, 15 km 200.
 5.9 F : Ham-Noyon, 27 km, voir p. 6.
 5.9 F : Allevard-les-Bains, 28 + 18 km, v. p. 42.
 5.9 F : Ay-Champagne, 21 km, voir p. 15.
 9/12.9 I : Foglizzo, 4 x 42 km, voir p. 44.
 9.9 I : Aosta, demi-marathon.
 11.9 CH : Malleray, 50 km, voir p. 6.
 11.9 B : Malmédy, semi-marathon (P. Lentz, rte de Falize 52, 4890 Malmédy).
 11 + 12.9 B : Recht, 42 km 195 + 84 km 390, voir p. 15.
 12.9 CH : CIME cat. C : Charmey-Vounez, 10 km 400/750 m, voir p. 32.
 12.9 CH : CIME cat. C : Ovornnaz-Cab. Rambert, 8 km 400/1360 m, voir p. 6.
 12.9 CH : Concise-Grandson, 14 km, voir p. 24.
 12.9 CH : Le Levron, 10 km, voir p. 50.
 18.9 CH : Epalinges, 14 km 500 (Erich Chapuis, L'Aurore, 1066 Epalinges, (021) 32 07 95).
 18.9 CH : Estavayer-le-Lac, 54 km (case postale 23, 1470 Estavayer-le-Lac).
 18.9 CH : Montsevelier, 10 km, voir p. 44.
 18.9 F : Paris, champ. de France de marathon.
 19.9 CH/F : CIME cat. B : Genève-Le Salève, 18 km 500/890 m, voir p. 24.
 19.9 LUX : Lorentzweiler, 15 km et 7 km 800, (voir encadré ci-dessus)
 20.9 CH : Villard-Montreux, 9 km, voir p. 44.
 25.9 CH : St-Livres, 10 km cross, voir p. 17.
 25.9 CH : Ponts-de-Martel, cross (J. Montandon, 2316 Ponts-de-Martel, (039) 37 13 01).
 25.9 CH : Tour du Lac de Biemme.
 26.9 F : Jébsheim, 10 km 300 (Ritzenthaler).
 26.9 CH : CIME cat. B : Fully-Sorniot 7 km 770/1575 m, voir p. 6.
 26.9 CH : Lausanne, 8 km 500, voir p. 44.
 26.9 CH : St-Cergue, 4, 8 et 12 km., voir p. 42.
 2.10 F : Versailles, 16 km, voir p. 40.
 2.10 F : 100 km de Millau (B. Soullé, 4 ILN, av. de Verdun, 12100 Millau).
 2.10 B : Nivelles, marathon, voir p. 51.
 2.10 RFA : Waldniel, Rencontre mondiale des marathonniennes (chez le Dr van Aaken), voir p. 2.
 3.10 CH : Cheseaux-sur-Lausanne, course d'orientation, 6-8 km (J. Décombaz, Sous-le-Château 4, 1350 Orbe, tél. (024) 41 28 27).
 3.10 CH : Morat-Fribourg, 16 km 400.
 3.10 F : CIME cat. C : Course des Bergers, 7 km 700/470 m (H. Clavierie, ASC Lagunak, 64240 Macaye).
 3.10 F : Laxou-Nancy, 27 km 300, voir p. 6.
 3.10 F : Poissy, cross populaire, voir p. 40.
 9.10 F : Enghien-Montmorency-Deuil, semi-marathon, voir p. 51.
 10.10 CH : Sierra-Montana, 14 km, voir p. 57.
 10.10 CH : Ste-Croix, 10 km, voir p. 17.
 16.10 RFA : Griesheim/Darmstadt, à 10 h (limite : 9 h) 100 km (W. Köthe, Draustr. 59, 61 Darmstadt-St.-Stephan ; 06155/2159).
 16.10 CH : Onex, 9 km, voir p. 18.

Venez découvrir le Grand-Duché du Luxembourg en participant au

Ile GRAND PRIX DE LA VALLÉE DE L'ALZETTE, le

dimanche 19 septembre à Lorentzweiler

à 15 h. (départ commun).

Distances : 15 km pour les hommes, 7 km 800 pour les femmes.

Prix à chacun.

Inscriptions (jusqu'au 10 septembre) : en versant 150 FB au CCP 20 666 du C. A. Luxembourg

Josy Hoffmann, 7, rue de la Blaschette, Lorentzweiler (Luxembourg)

- 17.10 CH : CIME cat. C : Saint-Imier-Mont-Soleil, 6 km 300/380 m ; J. Donzé, P. Charmillot, 2610 St-Imier.
 17.10 F : CIME cat. C : Asc. Ballon d'Alsace, 11 km 090/590 m ; P. Houille, 19, bd Joffre (90000 Belfort).
 17.10 F : Bordeaux, marathon, voir p. 40.
 23.10 CH : Martigny, corrida, voir p. 32.
 24.10 CH : CIME cat. C : Crêt de la Neuve, 7 km 700/670 m, J.-F. Berseth, 1261 Marchissy).
 24.10 F : Neuf-Brisach, marathon SPIRIDON, voir p. 2.
 24.10 F : St-Pol-de-Léon, 22 km 700, voir p. 15.
 24.10 F : Houilles, 3 et 9 km, voir p. 18.
 24.10 F : Suresnes, 7 km 550, voir p. 40.
 30.10 CH : Courtelary, cross-country, voir p. 6.
 30-31.10 F : Brest-Rennes, 256 km, relais par équipes de 6 (SPIRIDON-Bretagne, 13, allée du Groenland, 35100 Rennes, tél. 99/51 35 25).
 3.10 F : Le Mans, 24 h, voir p. 18.
 7.11 CH : Neuchâtel, 10 km, voir p. 17.
 7.11 CH : Troistorrents, cross 9 km 200, voir p. 18.
 7.11 F : St-Hilaire-Cottes, 15 km, voir p. 15.
 11.11 CH : Neuf-Brisach, cross (Ritzenthaler).
 14.11 F : Bussigny, cross, voir p. 18.
 14.11 RFA : Nassau, 5 heures par équipes de 6 (F. Wiederhold, Oranienplatz 2, 5408 Nassau)
 21.11 POR : Nazaré, 21 km (patronage spécial de SPIRIDON !) voir page ci-contre.

Une petite ou une grande annonce dans SPIRIDON... et votre course sort de l'anonymat. Si vous préférez, utilisez la formule d'insertion conçue à cet effet : écrire ou tél. à la rédaction : 026/8 22 12

Délai pour le numéro d'octobre : 15 SEPTEMBRE

SPIRIDON est actuellement lu par près de 50 000 personnes.

Prix d'une annonce *

	1/8	1/4	1/2	1
	de page	de page	page	page
en FS	95.—	175.—	295.—	495.—
en FF	175.—	290.—	460.—	830.—
en FB	1575.—	2750.—	4450.—	7500.—

Réduction de 10 % pour 2 et 3 annonces
15 % pour 4-6 annonces

Inscription au calendrier (gratuite pour annonceurs)

Par ligne : 15 FS / 25 FF / 200 FB

Pour toute annonce, une seule adresse :

Publi-Spiridon, 1922 Salvan (Suisse)

Délai pour le numéro d'octobre :

15 septembre

* Payable d'avance à SPIRIDON, 1922 Salvan (Suisse) (CCP 19 - 72 01 Tamini-SPIRIDON).

SPIRIDON, revue internationale de course à pied,
1922 Salvan (Suisse), tél. (026) 8 22 12

Rédacteur responsable :

Noël Tamini, 1922 Salvan (Suisse)

Collaborateurs pour la Suisse :

Yves Jeannotat, 2532 Macolin, Suisse

Marité Bochatay, **Micheline Clerc**, **Michèle Miéville**,
Régine Theytaz

Collaborateur pour la Belgique :

Christian Liégeois, 9A Warmifontaine, 6620-Neufchâteau.

Jean Trullemans, Otterweg 105, 1600 St. Pieters Leeuw

Collaborateurs pour la France :

Jean Ritzenthaler, 3, route du Vin, Kientzheim, 68240 Kay-
sersberg.

Michel Bourquin, 13 bis, av. de Chanzy, 93340 Le Raincy
(abonnements + Nos spécimens)

Yves et Denise Seigneuric, 24, av. du Bois, 77230 Moussy-
le Neuf (maillots SPIRIDON, chaussures EB, etc.)

J.-Claude et Lily Reffray, Les Charmilles bât. C, 61 Tra-
verse Signoret, 13013 Marseille (idem)

Odette Roig, Entraide SPIRIDON, « L'Escalade » A3,
74160 Saint-Julien

Collaborateur pour le Canada :

Joël Dada, 8493 rue Drolet, Montréal H2P 2H8

Collaborateur pour l'Italie :

Giors Oneto, c.p. 696, 50100 Firenze

Collaborateur pour l'Allemagne fédérale :

Manfred Steffny, Feuerbachstr. 43, D-5657 Haan

Collaborateur pour la Grande-Bretagne :

Jon Wigley Athletics Weekly, 344 High Street Rochester,
Kent

Collaborateur pour les Etats-Unis :

Dr Norbert Sander, 654 King Ave., City Island,
Bronx, N.Y. 10464

Statistiques :

Antonin Hejda, rue de Gruyère 33, 1700 Fribourg

Correspondants :

En Allemagne, en Tchécoslovaquie, en Grande-Breta-
gne, au Canada, aux Etats-Unis, au Danemark, en Fin-
lande, au Portugal, en Italie, en Afrique du Sud, en Es-
pagne, en Algérie, au Sénégal, en Bulgarie, en Colom-
bie, en URSS, en Roumanie, en Suède, en Yougosla-
vie et au Brésil, en Equateur, en Argentine, en Austra-
lie, en Nouvelle-Calédonie et au Chili.

Impression, expédition :

Etablissements Cherix et Filanosa SA, avenue Viollier 3,
1260 Nyon.

Changement d'adresse et administration :

Marité Bochatay, 1922 Salvan (Suisse).

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

Prix de l'abonnement annuel* : **SUISSE** : 36 francs (CCP 19 - 72 01 Tamini-SPIRIDON, Salvan). **BELGIQUE** : 430 francs (CCP 000 - 0015378 - 52 Caisse générale d'épargne et de retraite, Neufchâteau). **FRANCE** : 50 francs (CCP 11 144-22 J, Paris, Bourquin). **CSSR** : 45 kcs (K. Nedobity, nam. 1 Maje c. 7 C. Budejovice). **ITALIE** : 6000 L. (Oneto, C.P. 696, 50100 Firenze). **ESPAGNE** : 600 pesetas (Sebastian B. Lasa, Catalina de Erauso, 151 D, 2. C San Sebastian). **POR- TUGAL** : 180 escudos (Mario Machado, av. do Uruguai 39 - 5.E, Lisboa 4). **BRESIL** : 70 cruzeiros / via aerea! (Claude Kaminski caixa postal 8353, 01000 Sao Paulo). **CANADA** : 12 dollars (Joël Dada, 8493 Montréal H2P 2H8 / par avion). **AUTRES PAYS D'OUTRE-MER** : 12 dollars US (envoi par avion seulement).

Pour tout virement bancaire : compte 765780-3 Banque Cantonale du Valais, Sion

* On peut s'abonner plus avantageusement pour deux ans (63 fr.s., 750 fr.b., 92 fr.fr., 21 dollars can.), mais surtout pour cinq ans : (150 fr.s., 1700 fr.b., 210 fr.fr., 50 dollars can.). Attention ! Réduction de 20 % pour étudiants et juniors.

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

Illustrations des pages de couverture

Page 1 : « On avait déjà bien vu que des petites natu-
res comme Wohlhuter... » Voir à la page 16 le reportage
de **Raymond Pointu** sur les Jeux de Montréal. Ici, en
finale du 800 m, le Cubain Juantorena (217) et l'Américain
Wohlhuter, se méfient tous deux du finish du Belge van
Damme, invisible sur la photo.

Page 2 : « Il faut saluer cette grande championne,
député au Parlement de son pays, qui sut conserver le
sourire dans la défaite... » Pointu parle ainsi de Gunhild
Hoffmeister (146), 2e du 1500 m, derrière la Soviétique
Kasankina (340), qui a déjà remporté le 800 m, mais

Sommaire du numéro 27

Page

La petite fille de Slantchev Briag (Tamini) . . .	1
Le grand jour approche ! (Jeannotat)	3
GRAPPILLONS	4
« Je fais aussi de la bière, du vin et mille autres choses... » (fin de l'interview de Ron Hill par Jon Wigley)	7
Spiridon-Club de Suisse	13
Spiridon-Club de France	14
Avec des sentiments mêlés (les Jeux olym- piques de Montréal vus par R. Pointu)	16
Classements	20
Résultats complets des Jeux olympiques, du 800 m au marathon	25

PHOTOS DES PAGES CENTRALES :

— Course de Vallorcine	21
— Jacques Serruys	22
— John Walker	27
— Ivo van Damme	28
— Emiel Puttemans	29
— Anders Gärderud	30
— Semi-marathon de Nice	35
— Gilbert Zanchi à Paris-Strasbourg	36

TRIBUNE

L'avis du praticien pratiquant (Dr Sheehan et Dr Sander)	42
Les pieds c'est la base ! (entretien avec un orthopédiste pratiquant)	45
SACHEZ (avec les résultats du « concours spiridolympique)	52
Spiridon-Club de Belgique	53
CALENDRIER	55

Tirage : 6500 exemplaires.

A l'abonnemètre

Les chiffres ci-dessous se rapportent strictement
aux abonnés « en règle », déduction faite de ceux
qui (146 dans le cas du numéro 26 !) ont omis —
après un rappel puis un avis d'interruption — de
renouveler leur abonnement jusqu'au 25 juillet.

	25.3.	25.5	25.7.
France	1630	1762	1826
Suisse	982	992	990
Bénélux	234	250	271
Italie	59	53	58
Canada	52	59	62
Autres pays	68	73	79
TOTAL	3025	3189	3286

devant sa compatriote Klapezynski (140), la Bulgare
Shtereva (45) et l'Italienne Dorio (220). (Photos P.
HERRINGSHAW).

Page 3 : Sierre-Montana, une course qui émerveille les
néophytes et enchante les coureurs d'élite.

Page 4 : « Depuis longtemps, on suspecte Viren d'avoir
recours à un procédé de dopage... » écrit Pointu. Telle
est son opinion, telle n'est pas du tout la nôtre, ni celle
de Jeannotat (voir ce qu'il en dit à la page 26). Ici en
finale du 5000 m, Viren mène devant les Britanniques
Foster (364) et I. Stewart (360), les Néo-Zélandais Quax
et Dixon (689), l'Allemand Hildenbrand (420) et le Por-
tugais Simoes (151). (photo P. HERRINGSHAW)

Dans le cadre des festivités du 30e anniversaire du CA Sierre :
UNE COURSE « PAS TOUT A FAIT COMME LES AUTRES » :



SIERRE

MONTANA

10 h. 00 Départs (Sierre et Bluche)
13 h. 00 Défilé des athlètes dans les rues de Sierre
15 h. 30 Remise des prix (halle des fêtes)

DIMANCHE 10 OCTOBRE 1976

ÉPREUVE COMPTANT POUR LA CIME, CATÉGORIE A

- Parcours :** de Sierre (550 m), la route — sinueuse et asphaltée — s'élève régulièrement jusqu'à Montana (1500 m).
- Recordman :** Werner Doesseger, 52'34''2 (1974)
- Vainqueur en 1975 :** Barry Watson (champion de Grande-Bretagne de marathon en 1976)
- Catégories :** seniors, vétérans I et II, féminines et juniors CIME (14 km) ; juniors B et féminines B (4,5 km).
- Inscriptions :** en versant une taxe de **FS 15.—** au compte de chèque postal No 19 - 106 65, Course à pied int. Sierre-Montana, CH-3960 **Sierre**, en précisant lisiblement le nom, l'adresse et l'année de naissance.
- Dernier délai :** 11 septembre 1976.
- Renseignements :** Course à pied internationale Sierre-Montana, case postale 70, 3960 Sierre (Suisse).
- Responsable :** Roger Epiney, 7, chemin Bonne-Eau, 3960 Sierre, tél. (027) 55 44 37.
- PS - La taxe d'inscription donne droit, non seulement à la magnifique médaille spécialement conçue pour cette épreuve, mais aussi à l'entrée à la halle des fêtes (Plaine de Bellevue, à Sierre) le samedi et le dimanche.



VIREN en tête de la finale du 5000 m