



Je suis vraiment hors norme !!!!

Par Sandrine Trouinard

Pendant que certains étaient à la sortie club et d'autres à versailles, je devais courir un semi dans un petit village à Dammartin en Goele !! (pour les qualifs pour oct)

Pas du tout motivée ces derniers jours d'ailleurs à part mardi un footing d'une heure ,je n'ai rien fait.

Par contre j'avais décidé de ne pas supprimer ma sortie danse de salsa la veille. Toutes les autres courses m'avaient empêché de danser et là je me lançais un défi, danser de 21h30 à 3h du mat la salsa, en plus en déguisement fille, robe et talons hauts.

J' avais les pieds en feu et j'ai papoté jusqu'à 5h pour rentrer au petit jour 5h40, me laver, m'habiller sport et petit déjeuner. 6h30 je repartais pour une heure de route, ce fut un peu difficile, je m'endormais et roulait à pas plus de 70km/h. Arrivée juste 7h30 pour me garer et sauter dans la navette de 7h40 qui m'emmenait au départ. Une zombie, pas de place pour s'asseoir donc debout entre les rangées, j'avais du mal à tenir les yeux ouverts. j'aurai préféré une place assise pour me reposer un peu, tant pis !!

Arrivée dans le village du départ, l'organisateur nous annonce un retard de retrait de dossards

car le prédisposé ne s'était pas réveillé, donc je me suis assise par terre dans le gymnase et ai posé la tête et fermé les yeux en attendant.. Quand je rouvre les yeux tout le monde a déjà le dossards sur le teeshirt, je me lève d'un bon et hop, j'épingle...

Dehors il y a du vent, j'ai froid, mais c'est aussi la fatigue, je me dis que j'ai 1h50 pour faire la course et que je vais y aller cool, malgré que j'aurai bien aimé battre mon temps de 1h30'29.

Quelques mouvement ,un footing de 5 minutes à moins de 6 à l'heure, pas la patate!!!

Environ 600 coureurs se lancent au départ de 9h, je pars cool, apparemment je suis la première fille au 2ème km. Une fille vient me titiller pendant les 3km en suivant ,ça m'a donné des ailes pour ne pas la laisser passer, j'ai gardé un bon rythme. Décor de plaine avec beaucoup de vent et au 6ème km une belle montée où certain marchait déjà. Encore un p'tit coup de fouet pour les doubler et relancer en haut de la cote!

Du coup je me suis dis que malgré ma nuit blanche je pouvais peut être faire quelque chose! Mais je me suis retrouvée seule durant 2/ 3km et j'ai ralentie la deuxième fille est revenue en renfort avec deux gars et ensuite c'était un faux plat montant, j'ai relancé et j'ai accroché un vétéran qui avait l'air à l'aise, je ne l'ai plus quitté, il m'a vraiment bien aidé. Au 15km j'ai vu que je pouvais battre mon record mais il fallait accélérer, mais le vent et les faux plats ne m'ont pas arrangé. 2km avant la fin, mon partenaire ne peut plus suivre malgré plusieurs participants doublés, je le quitte et accélère sur la fin mais il est trop tard.

Je finis en 1h31'34 , j'ai remercié mon partenaire de course, sans lui je n'aurai jamais fait ça, et il m'a remercié aussi je lui ai fait gagner 6min sur son record.

Du coup je suis bien réveillée et obligée d'attendre le podium, l'organisation était superbe avec un nombre inconsiderable de bénévoles agés,

Du coup je repartais à 14h le temps de la remise à toutes les catégories et le buffet avec kir et le papotages

Ambiance de petit village fort sympathique et donc pour résumer, je pourrai dorénavant aller danser avant une course

Je maintiens je suis hors norme !!!

Dans la lancée, je vais aller à St Maur pour voir ce que je vaudrai sur 800m 30 ans après (mercredi 11 juillet)qui veut venir??