

Jean-François Roux a participé au semi-marathon de Chelles en cette journée de fête du travail. Il nous partage son expérience:

"*A 4 semaines du marathon du Mont Saint-Michel, j'ai voulu mesurer mon niveau de préparation sur le semi-marathon de l'amitié à Chelles (Seine et Marne) le mardi 1er mai. Faisant pour une fois une infidélité au marathon de Sénart qui se déroule traditionnellement le jour de la fête du travail, je me suis donc inscrit à ce semi-marathon réputé pour être très roulant. Toutefois, cette année, les organisateurs ont voulu s'orienter vers une épreuve du type trail urbain comportant deux boucles péri-urbaines alternant passages sur routes, parcs et pistes cyclables et surtout une côte sérieuse à gravir deux fois, au 10ème et au dernier kilomètre pour rejoindre le fort de Chelles. Beau parcours cependant même s'il est peu propice à la performance (le 1er au scratch termine en 1h19). Pour ma part je termine en 1h37'47" assez loin de mon objectif de temps (1h35) mais avec une 1ère place en M3. Une belle organisation et une course à recommander à ceux qui ne veulent pas passer le 1er mai devant leur télé ou dans les défilés. Au micro pour commenter l'épreuve, une voix connue et des encouragements personnalisés en la personne de Miguel : le top.* "