

Neige ☐ à Noël, Pâques aux rabanes

Par Claude Charpentier



Un peu de neige ce n'est pas la fin du monde (JC Delarue) n'est ce pas Paco ? Pour faire plaisir à JCB notre vice Président qui se languit de mes chroniques, et, même si l'on à rien à dire il n'y aucune raison de se taire (version expurgée) quelques balivernes donc.

Jeudi bravo aux courageux présents à cet entraînement genre trail de la Pointe du Raz un jour de tempête qui n'hésitèrent pas à assister au pot post corrida, PPC, ne pas confondre avec le pot pré corrida quelque peu avorté aux mêmes initiales .C'est très mode les sigles !

Thierry nous à remerciés de nouveau, et promis un Tshirt Corrida, olé ! Merci, et ce que l'on peut lui souhaiter c'est un peu de vacances car il semble très fatigué notre président.

J'y fus accueilli d'un : Ah c'est toi le type qui fait tous les beaujolais (bonjour la réputation, déjà avec le fondant chocolat je courais soit disant dans la catégorie Sumo) Si je fais un jour « l'indian race » une course comme je les aime près du «Terroir», mon surnom sera «vieil ours gourmand»; assurément.

Ceci dit j'ai constaté que les seules bouteilles toutes vides étaient celles de vin, contre un coca et un jus d'orange entamés, alors hein ! Camembert ! (merci JPPapin)

Et non dans une autre vie je n'écrivais pas. Car la course à pieds c'est bien pour garder un corps potable, mais en vieillissant il reste l'esprit à entretenir et les mots croisés ou les sudokus ce n'est pas folichon .Donc lorsque l'on à la dérision comme antidote à cette société de m...e et Desproges comme idole humoristique (mais ça je ne sais pas faire) on essaye de coucher sur Word (un arbre coupé en moins) quelques plaisanteries pour garder le cerveau alerte (pour le casse tête il y a aussi le PC, ah mon bon vieux Mac ...)

Une bonne marche dans la neige pour laquelle j'étais parti ce samedi matin, histoire de brûler une poignée de calories en admirant le paysage cotonneux. Je débutais par une action humanitaire en poussant deux voitures qui patinaient dans le parc d'Hennebont. Ce qui me permet de faire un superbe plat ventre, pourtant j'avais mis les godillots genre après ski, chaussures de marche avec laçage à crochet. Donc a priori pas parti pour courir.

Après avoir dit bonjour aux daims le long du ru du Buzot, sur le chemin de la forêt je croisais les Laurents en fin de sortie névé forestière. Je fus peu loquace je m'en excuse, la tête un peu vide (ce n'est pas nouveau, déjà mon instituteur...) pas très éveillé et ce n'était pas le lieu non plus, déjà que n'étais pas certain que ce soit Philippe avec le bonnet, mais je dis toujours bonjour à ceux que je croise, ce n'est pas la foule non plus de ce côté de forêt.

En prenant un chemin de traverse je tentais un petit footing et ma foi ce n'est pas si mal les grosses tatanes ? Super stables, étanches, nivelant ornières, pierres et racines, la neige faisant l'amorti, le coup de pied peu serré pour la souplesse, c'est top !

Et voilà la méthode d'entraînement foncier à Claudio, tous terrains avec 500gr à chaque pieds, c'est mieux que les lests de D4, et en montée cela muscle sérieux. Je vais en parler aux M & M'S (Miguel, Michel) Ils vont être morts de rire mais bon c'est le but ! Allez joyeux Noël et bonnes vacances à ceux qui partent.

