

Thiers → Vivre sa ville

13 KM ■ Pour la première fois, la Fraternelle de Château-Gaillard organise une épreuve de marche de vitesse

Marcher vite avec les pieds collés au sol

Samedi, à l'occasion de la 18^e édition des 13 kilomètres thiernois, la fraternelle de Château-Gaillard propose pour la première fois une épreuve de marche de vitesse.

Denis Lorut
denis.lorut@centrefrance.com

Samedi, près de 400 athlètes sont attendus pour participer à la 18^e édition des 13 kilomètres thiernois.

Avant que ne débute cette épreuve au chiffre porte-bonheur, les organisateurs de la Fraternelle de Château-Gaillard propose d'autres courses, plus accessibles au grand public.

Avec « Tout Thiers Court », la « Frat » propose depuis trois ans un parcours facile de course à pied de 5 kilomètres. Une épreuve handisport est aussi organisée depuis 2009 sur la même distance.

Cette année, en nouveauté, les organisateurs proposent une épreuve de marche de vitesse. L'occasion de découvrir cette discipline méconnue qui consiste à marcher le plus vite possible en conservant toujours au moins un appui au sol.

Une marche en couple

« Ce ne sera pas une épreuve stricte comme en compétition. Mais il y aura tout de même trois juges qui vont encadrer les marcheurs pour surveiller s'ils ont toujours un appui au sol », explique les entraîneurs François Pelaire et Michel Campillo.

Cette marche rapide sera réservée au couple homme/femme ou femme/femme. « Ce sera



BASKETS. (De gauche à droite) Yakout Hizzir, Daniel Urbain, Nadine Clou, François Pelaire, Marie-Laure Martin et Éric Tournebize sont engagés en couple pour participer à l'épreuve de marche de vitesse lors des 13 kilomètres thiernois.

le temps d'arrivée du second qui compte. Il faudra donc gérer son temps à deux sur un parcours de 4,5 kilomètres à faire en moins de trois quarts d'heure », explique François Pelaire qui connaît bien la marche rapi-

de pour l'avoir pratiquée en compétition. Il a été notamment vice-champion de France vétérans.

La Fraternelle de Château-Gaillard compte 67 marcheurs, répartis dans les groupes de

Thiers, Peschadoires et Saint-Rémy-sur-Durolle. Parmi eux, on compte dix pratiquants en marche de vitesse dont six vont participer à l'épreuve de samedi après-midi.

Éric Tournebize pratique la

LES COURSES

Parcours enfants

À 14 h 30, au parc des sports, les enfants pourront découvrir la course à pied autour du stade sur des distances adaptées à leur âge.

Marche de vitesse

Départ de cette nouvelle épreuve à 15 h 45 depuis la place Antonin-Chastel.

Parcours handisport

Pour la 3^e année, la « Frat » propose une course réservée aux personnes handicapées qui démarrera à 16 heures de la place Antonin-Chastel.

5 kilomètres

Cette épreuve appelée « Tout Thiers Court » est un parcours facile ouvert au grand public, à partir de la catégorie minime. Néanmoins, il faut être muni d'une licence ou d'un certificat médical. Départ à 16 heures de la place Antonin-Chastel, arrivée au parc des sports. Clôture des inscriptions à 15 heures au parc des sports.

13 kilomètres

C'est la 18^e édition de cette course connue et redoutée pour ses montées dans les escaliers de la vieille ville. Le départ aura lieu à 17 heures depuis le parc des sports Antonin-Chastel. Clôture des inscriptions sur place à 16 heures. L'arrivée aura lieu au parc des sports après un tour de piste.

course à pied et la marche de vitesse dont il a été recordman Auvergne en catégorie cadet. À l'époque, il a parcouru cinq kilomètres en 28 minutes.

« Il faut penser en permanence à ne pas courir. Arrivé à une certaine vitesse, on aurait tendance à vouloir partir en petite foulée », explique Éric Tournebize qui va marcher en couple avec Anne-Laure Martin.

Cette dernière s'est mise à la marche rapide depuis l'automne en plus de la course à pied et de la randonnée.

« Cela me plaît d'être dehors, de pouvoir discuter avec des compagnons de sports. La marche rapide m'a permis de gagner en rapidité à la course à pied », explique Anne-Laure Martin.

D'autres couples sont attendus pour cette course rapide qui partira à 15 h 45 de la place Antonin-Chastel. ■

INSCRIPTIONS

Par internet

Bulletin à remplir sur la page inscription 2011 sur le www.13km-thiernois.fr

Par téléphone

Au 04.73.80.18.64 jusqu'au 16 juin à 20 heures.

Sur place

Les inscriptions sont possibles une heure avant le départ des courses.

Renseignements

Mohamed Aabouda : 06.85.22.19.81 ou François Pelaire : 04.73.80.18.64.