

la Nouvelle  
République

**RUNNING**  
**LOIRE** au-delà du sport  
**VALLEY**

I  
M  
A  
G  
I  
N  
E  
R

P  
A  
R  
T  
A  
G  
E  
R

**COURSE TOURS**  
**CONNECTÉE**  
**10K - 20K - MARATHON**

VAINCRE LA  
MUCOVISCIDOSE

SOYEZ SOLIDAIRES

DU 07 AU 26/09/2020

BANQUE  
POPULAIRE  
VAL DE FRANCE

FDJ

Harmonie  
mutuelle  
GROUPE vyv

dalkia  
GROUPE EDF

RRG  
Vivez votre  
mobilité

VILLE DE  
**TOURS**

Tours  
métropole  
Val de Loire

Centre-  
Val de Loire  
www.regioncentre-valde Loire.fr

la Nouvelle  
République  
www.lanouvellerepublique.fr

tmv

.3  
centre  
val de loire

bleu

LVT

Réalisation : Agence L&B Synergie - Photo : Istock-pixelfit

## Emmanuel Denis Maire de Tours



C'est une première. Cette année, les 10 et 20 km de Tours, ainsi que le marathon, ne réuniront pas sur la ligne de départ ses 12 000 participant.e.s. Nous devons admettre que ce virus, jusqu'à ce qu'il soit vaincu, nous

impose « sa » propre course, son propre rythme ; il se moque des distances à parcourir, pourvu qu'il y ait des sportifs, ou non, à portée de gouttelettes. Cependant, il n'épuise pas l'idée de se dépasser et de le dépasser, lui, ce virus avec son lot de contraintes sanitaires... Les organisateurs de l'événement proposent ainsi une course doublement « connectée » : connectée à une application numérique, pour enregistrer et communiquer sa performance, et connectée surtout au cœur des engagé.e.s, puisque l'intégralité des frais d'inscription sera reversée à l'association Vaincre la mucoviscidose.

## Wilfried Schwartz Président de Tours Métropole



La crise de la Covid-19 nous oblige à repenser nos comportements. Le sport n'y échappe pas et ce formidable événement sportif que sont les 10 et 20 km et le Marathon de Tours aura toute sa place dans cette nouvelle

manière d'appréhender cette épreuve si généreuse et si populaire. Chacun évaluera sa performance, certes connectée, mais chacun le fera en fonction des autres, sachant parfaitement qu'il participe à un événement collectif qui dépasse largement sa propre individualité. En effet, les 5 euros d'inscription demandés à chaque participant seront entièrement reversés à l'association Vaincre la mucoviscidose. Tours Métropole Val de Loire est heureuse d'accompagner et de soutenir celles et ceux que l'on peut appeler désormais les « coureurs connectés » et solidaires. À chacune et chacun, je souhaite de vivre un grand moment de plaisir sportif où l'esprit de partage entre toutes les générations reste la raison de votre engagement. Bonnes courses ! Et que votre victoire, la plus belle d'entre toutes, soit d'abord celle du plaisir que vous aurez à participer à ces 10-20 km et Marathon de Tours !

## François Bonneau Président de la Région Centre-Val de Loire



La Région Centre-Val de Loire, soutien emblématique du sport et des sportifs, se réjouit de pouvoir soutenir, cette année, la « Course connectée 100 % solidaire » des 10 et 20 km de Tours et du Marathon Touraine Loire Valley qui se déroulera du 7 au 26 septembre 2020. De nombreux coureurs pourront ainsi cette année parcourir ces distances selon le parcours de leur choix.

La Région Centre-Val de Loire s'engage quotidiennement aux côtés du mouvement sportif et mène une politique ambitieuse et déterminée. Elle a été très active pour soutenir le secteur sportif face à la crise sanitaire. Sans cesse aux côtés des acteurs du secteur, elle a maintenu son soutien aux manifestations qui pouvaient être conservées ou reportées. Cette course connectée participera au redémarrage des beaux moments sportifs en Centre-Val de Loire.

Je veux saluer et remercier les organisateurs et bénévoles qui, par leur dévouement, contribuent à la réussite de cet événement. Cette année, plus que jamais, l'engagement, pour le sport ou pour les autres, prend toute sa valeur. Je souhaite un beau succès sportif pour cette édition 2020.



# « Humainement connectée »

Patron du comité d'organisation des 10, 20 km et Marathon de Tours, Christophe Chinette est heureux de pouvoir fédérer les coureurs en septembre malgré tout...

Cette fois, il pourra les courir « ses » kilomètres tourangeaux qu'il aime tant : les 10, les 20, les 42,195 du marathon... en version duo et même les refaire entièrement tout seul.

Christophe Chinette est ainsi, un brin boulimique de la course à pied et amoureux de son épreuve : les 10, 20 km et Marathon de Tours « dont on n'a pas changé le nom même en version connectée parce qu'on y est attaché ». Parce que les organisateurs tiennent fondamentalement à l'ADN de leur épreuve... même en version en partie dématérialisée en raison de la crise sanitaire. Explications.

### Christophe, en quelques mots, comment résumer cette édition des 10, 20 km et Marathon de Tours connectés ?

« C'est une course que tu peux faire sur une période de trois semaines, comme tu veux, là où tu veux, quand tu veux... Tous les renseignements sont bien entendu sur le site internet de l'épreuve, mais les opérations sont relativement faciles pour les gens qui maîtrisent les choses connectées et qui pourront télécharger un fichier ou passer par une appli - comme pour les autres, qui pourront entrer leur chrono manuellement, en jouant le jeu bien entendu. De toute façon, il n'y a pas d'argent à gagner. »

### Et puis, cette course-là, on ne la fait pas pour la performance... En tout cas pas forcément !

« L'inscription est de 5 € et elle est reversée à l'association Vaincre la mucoviscidose. L'argent ne va pas ailleurs ! Cela rejoint totalement notre volonté de conserver l'ADN de notre événement, même en version connectée. On travaille ainsi beaucoup sur le handisport. Il y a bien sûr un challenge élites, mais on a aussi mis en place un challenge entreprises comme tous

les ans. Et puis, on n'oublie pas les jeunes de 16-18 ans qu'on veut accompagner, pour qu'ils courent au final le 10 km de 2021. Je tiens également à remercier nos partenaires\* grâce à qui la course connectée est rendue possible et j'ai une pensée pour nos 850 bénévoles et tous nos prestataires que nous avons hâte de retrouver l'année prochaine. »

### Car vous comptez bien reprendre le rendez-vous traditionnel en septembre 2021 ?

« La course connectée, cela peut nous donner des idées mais cela ne remplacera jamais les douze mille coureurs qui partent ensemble, avec l'ambiance qui va avec... Là, au regard de la situation, on n'avait pas le choix et, avec quelques semaines de recul, on se dit qu'on ne s'est pas trompé en juin en annulant le rendez-vous « physique ». »



« Comme tu veux, là où tu veux, quand tu veux ! »

**En fait, la course connectée vous permet de « réunir » un maximum de coureurs, tout en respectant les règles sanitaires actuelles...**

« On va tous disputer la même course. Via Instagram, les gens pourront poster leur photo avec le # correspondant à leur distance et nous imprimerons ces visages pour les accrocher sur le parcours qui va être affiché dans le péristyle de l'hôtel de ville de Tours. Même si l'on ne peut pas être ensemble, ce sera un clin d'œil qui correspond à la dimension humaine de notre rendez-vous : une course humainement connectée. L'idée est que chacun prenne plaisir, fasse du sport-santé pour une cause solidaire. Et au final, rendez-vous le 27 septembre pour les classements ! »

Propos recueillis par Frédéric Launay

\* La ville de Tours, Tours Métropole, la Région Centre-Val de Loire, Banque Populaire Val de France, la Française des Jeux, Harmonie Mutuelle, Dalkia, Renault, La Nouvelle République, TV Tours-Val de Loire, TMV, France 3 Centre-Val de Loire et France Bleu Touraine.

## Rendez-vous aux Sport'ouvertes le 13 septembre

À l'occasion des Sport'ouvertes, le rendez-vous des sportifs tourangeaux de la rentrée, venez rencontrer le Comité d'organisation à l'hôtel de ville de Tours le dimanche 13 septembre, de 10 h à 18 h. Sur place, inscrivez-vous à la Course connectée du Marathon, des 10 et 20 km de Tours et repartez avec un T-shirt des éditions précédentes.

## Éric Thomas : « Des parcours sécurisés pour courir »

Le sport accessible à tous, la pratique féminine, des équipements à rénover...  
L'adjoint aux sports de Tours, Éric Thomas, a de nombreux projets.

**L**e nouvel adjoint aux sports, Éric Thomas est parti depuis plusieurs semaines à la rencontre du monde sportif tourangeau. Il mesure déjà les attentes que les clubs manifestent vis-à-vis de la nouvelle municipalité. « *Un travail important mais passionnant* », se réjouit l'élu.

### Quel bilan tirez-vous de vos premiers échanges avec le milieu sportif et les clubs de la ville ?

« Il y a une attente importante de la part des clubs et des acteurs du monde sportif. Il faut une remise à niveau des infrastructures et nous devons mettre en place un plan pluriannuel pour rénover les équipements, les gymnases par exemple. »

### Vous avez déjà eu quelques dossiers délicats à traiter, celui du Tours FC, la menace du TVB de ne pas jouer la Coupe d'Europe. Comment gérer les besoins des grands clubs ?

« Concernant le TVB, j'ai rencontré le président Bouget. Nous avons eu une réunion avec la Métropole, la Région, le Département. Bien sûr, le TVB doit jouer la Ligue des champions et la Ville a assuré le club de son soutien. De même avec les filles du hand. Pour le Tours FC, la décision de la DNCG est une déception, mais hélas, c'est le signe du défaut de démocratie qui règne à la Fédération. Les clubs amateurs ne sont pas représentés. Mais le Tours FC a sa place



L'adjoint aux sports de la Ville de Tours s'est déjà mis à la tâche auprès du Tours FC et du TVB notamment. (Photo NR, Julien Pruvost)

en Ligue 2, dans les cinq ans qui viennent. Nous allons bâtir un projet ensemble, avec aussi l'association sportive. Il faut tourner la page des querelles du passé. »



*Le sport, ça n'est pas que du sport, ce sont des vertus sociales, citoyennes, de santé...*

### Au-delà du haut niveau, quelle politique sportive vous semble devoir être mise en œuvre ?

« Le sport, ça n'est pas que du sport, ce sont des vertus sociales, citoyennes, de santé... Il faut des équipements accessibles à tous, des parcours sportifs en ville, pour que les gens puissent par exemple courir en toute sécurité sur des cheminements illuminés le soir, en bord de Loire notamment. Nous voulons aussi favoriser le sport féminin. À la Chambrerie par exemple, il faut créer un club-house pour les filles du rugby. Parce que la convivialité, c'est important. »

Propos recueillis par Caroline Devos

## Une carte géante à l'hôtel de ville de Tours

**P**endant toute la durée de la course connectée, du 7 au 26 septembre 2020, un panneau de 18 m<sup>2</sup> représentant le parcours du 10 km de Tours sera installé dans le péristyle de l'hôtel de ville. Le comité d'organisation invite tous les coureurs connectés à se prendre en photo sur leur page Instagram avec l'un des 3 Hashtags dédiés à cet événement inédit : #10kmdetours ou #20kmdetours ou #marathondetours. Grâce à ces mots-clés, toutes les photos seront automatiquement imprimées et affichées quotidiennement sur cette carte par le Comité d'organisation. On compte sur vous pour faire vivre cette course inédite, solidaire et humainement connectée ! Ouverture du péristyle : tous les jours du 7 au 26 septembre, de 15 h à 20 h.





# MISSION PATRIMOINE

AIDEZ À RESTAURER LE PATRIMOINE FRANÇAIS\*



Dès le  
31 Août



## LE CONCEPT

**Inscris-toi** dès aujourd'hui et jusqu'au 26 septembre 2020 au tarif unique de 5 €.

**Choisis une épreuve** : 10K - 20K - Marathon - Marathon Duo (19,195 km + 23 km).

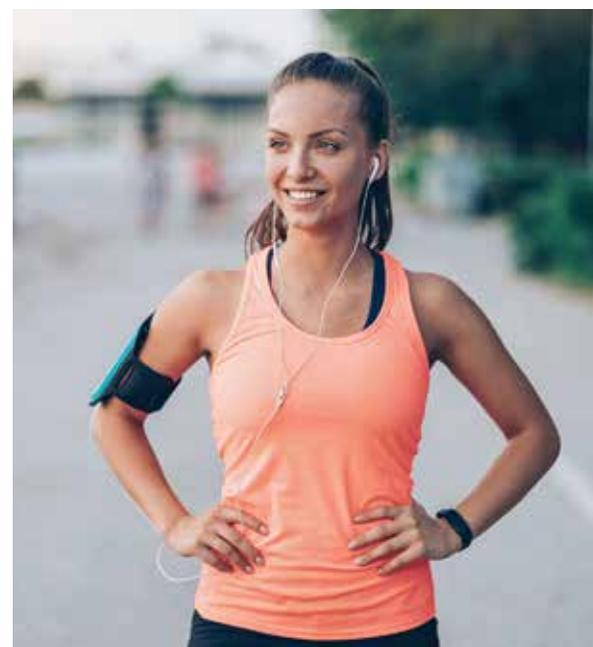
**Réalise ton défi** du 7 au 26 septembre 2020 dans la ville et le parcours de ton choix.

**Cours selon les règles en vigueur** de sécurité sanitaire tout en respectant la Charte du coureur, disponible sur [www.runningloirevalley.com](http://www.runningloirevalley.com)

**Enregistre ta performance** grâce à ton application #running ou ta montre GPS jusqu'au 26 septembre 2020.

**Consulte ton classement** le 27 septembre et télécharge ton diplôme virtuel.

**Télécharge** ton diplôme et ta médaille virtuelle



## ENGAGEMENT

**Inscriptions** : jusqu'au 26 septembre 2020, 12 h, sur [www.runningloirevalley.com](http://www.runningloirevalley.com).

**Tarif unique** : 5€ (100 % reversés à l'association Vaincre la mucoviscidose).

**Handisport** : Harmonie Mutuelle offre le dossard à tous les coureurs et leurs accompagnants.

**Team Entreprises** : minimum 10 coureurs - plus d'infos : [team@runningloirevalley.com](mailto:team@runningloirevalley.com)

**Avec ton engagement** : médaille et diplôme virtuels à télécharger + accès au grand Quiz Patrimoine pour gagner des séjours en Touraine.

## SUIVEZ-NOUS !

**Facebook** : [www.facebook.com/Marathon1020kmdeTours](http://www.facebook.com/Marathon1020kmdeTours)

**Instagram** : [www.instagram.com/marathon\\_1020km\\_tours](http://www.instagram.com/marathon_1020km_tours)



## CHALLENGES

### Challenges élites (ouvert à tous)

Les gagnants : les 10 premiers hommes\* + les 10 premières femmes\* des 10K, 20K et Marathon + les 10 premiers duos\* du Marathon Duo. Les dotations : dossard pour l'édition 2021 du Marathon, 10 et 20 km de Tours.

### Challenge jeunes (ouvert aux coureurs du 10K âgés de 16 à 18 ans)

Les gagnants : les 3 premiers hommes\* et les 3 premières femmes\*. Les dotations : bon d'achat magasin de sport (1<sup>er</sup> : 100 € / 2<sup>e</sup> : 75 € / 3<sup>e</sup> : 50 €)

### Challenge entreprises (ouvert à toutes les teams)

Les gagnants : les 3 teams entreprises qui réalisent le plus de kilomètres. Les dotations : un coaching collectif.

\* Sous réserve de présentation d'un fichier GPX



## LISTE DES APPS ET MONTRES

Télécharge l'application de ton choix (gratuit) ou utilise ta montre connectée pour enregistrer ta performance !

**Applis** : Runkeeper / Strava / Endomondo.

**Montres** : Garmin / Polar / Tomtom sports.

Si tu n'es pas équipé, tu pourras enregistrer ton temps manuellement sur le site.

## QUIZ RUNNING ET PATRIMOINE

Le comité d'organisation et la Française des Jeux te proposent de tester tes connaissances sur le patrimoine du Val de Loire ! Tous les coureurs pourront participer à un grand quiz le 27 septembre et tenter leur chance pour gagner des séjours sportifs (valeur 430 €), des sorties « Tours By Night », des affiches « Tours L'inattendue » et des running & patrimoine, offerts par l'office de tourisme Tours Val de Loire.



10 et 20km / Marathon de Tours, courses connectées  
du 7 au 26 septembre

Partenaire santé des  
10 et 20km / Marathon de Tours, courses connectées  
du 7 au 26 septembre



Team Harmonie Mutuelle - édition 2018

## S'engager et se dépasser

Partenaire, Harmonie Mutuelle sait motiver ses collaborateurs à participer à la course. Pour l'effort physique, par solidarité et pour favoriser la cohésion d'équipe.

**P**artenaire depuis sept ans des 10 et 20 km de Tours et du marathon, « Harmonie Mutuelle soutient des événements engagés dans le collectif et l'humain », expose Caroline Heu-Boidin, Responsable Communication Externe, Région Centre, Île et Hauts-de-France. Maintenir son partenariat dans la manifestation, cette année, allait de soi ; « un vrai partenaire le reste, même dans les moments difficiles », estime la responsable. La participation d'une équipe de coureurs aux couleurs de la mutuelle est aussi une tradition. « C'est une activité favorable à tous. Et, au-delà du sport santé, cela apporte du bien-être et de la cohésion d'équipe. La démarche sportive est porteuse de sens et de valeurs, c'est un vrai engagement. Je ne cours pas seulement pour la performance, mais je continue ma démarche... », ajoute Caroline Heu-Boidin. « Au-delà, cette année, nous lançons l'opération 1 euro solidaire. Nous incitons les entreprises et les collectivités à s'engager sur cette course, avec le Challenge Teams, pour en faire une expérience collective, solidaire, mais aussi un

dépassement de soi. » Harmonie Mutuelle versera un euro par coureur engagé dans ces équipes collectives, au bénéfice de l'association Vaincre la mucoviscidose (en plus de la somme de 5 € versée par les coureurs eux-mêmes, lire en p.7). La course connectée de cette édition 2020 va aussi élargir la participation des coureurs à d'autres régions,



**Et il faut garder la bonne humeur, pourquoi pas créer des petits groupes originaux...**

ce que Harmonie Mutuelle ne manquera pas de relayer sur ses réseaux propres. Il y aura une incitation à participer pour les collaborateurs partout en France. « Et il faut garder la bonne humeur, pourquoi pas créer des petits groupes originaux - comme ceux qui se déguisent traditionnellement ? » Autre aspect cher à ce partenaire de longue date, l'inclusion des personnes handicapées. « Nous sommes partenaires de toutes les courses handi, pour prouver que le handicap n'est pas un frein à la performance », souligne Caroline Heu-Boidin. C'est pourquoi Harmonie Mutuelle offrira les dossards aux coureurs handi et à leurs accompagnants. « Le passage au digital ne doit pas faire oublier ceux qui sont encore plus dans l'effort », conclut-elle. ■

### Du coaching sur mesure avec les Great Runners

Les Great Runners (coureurs tourangeaux confirmés) proposent d'accompagner les coureurs connectés sur des parcours de 10 ou de 20 km en prodiguant leurs conseils avisés. Plusieurs parcours avec des objectifs chronométriques précis sont ainsi proposés et accessibles à tous. Les Great Runners s'adaptent à l'allure des participants. En fin de parcours, les coureurs n'auront plus qu'à enregistrer leur performance sur la plateforme dédiée ! Des séances sur-mesure sont également proposées pour des objectifs et parcours personnalisés.

**Infos et réservations :**

[www.greatrunningtours.fr](http://www.greatrunningtours.fr)

### Une opération solidaire à l'Heure Tranquille

Le 5 septembre 2020, l'Heure Tranquille et le comité d'organisation s'associent pour une opération solidaire en organisant la vente de ses 2.000 parapluies au profit de Vaincre la mucoviscidose. Venez acheter un ou plusieurs parapluies au tarif de 1 € minimum, somme entièrement reversée à l'association. Vous pourrez également vous inscrire à la Course connectée des Marathon, 10 et 20 km de Tours et tenter votre chance pour gagner une montre Garmin (valeur 329 €) et des brassards running.

**Samedi 5 septembre 2020, de 11 h à 20 h, stand face à Séphora.**

**Textes :** Agnès Arousseau, Raphaël Chambriard, Caroline Devos, Frédéric Launay, Eric Navarre, Nicolas Rimbaux.

**Photos :** Adobe Stock, Hugues Le Guellec, Julien Pruvost, NR.

**Réalisation :** Service des thématiques NR

**Secrétariat de rédaction :** Agnès Arousseau

**Maquette/PAO :** Alexandra Chérioux

**La Nouvelle République du Centre-Ouest**  
232 avenue de Grammont - 37048 Tours Cedex 1  
Tél. 02.47.31.70.00 - Fax 02.47.31.70.70

**Directeur de la publication président du Directoire**  
Olivier Saint-Cricq

**Directeur de la rédaction**  
Christophe Hérigault

**Rédactrice en chef** Chantal Pétilat

**Responsable Thématiques** Johan Guillermin

Régie publicitaire

**NR Communication**

Tours : 02.47.60.62.51

CPPAP 0520 C 87037 - ISSN 2260-6858

Imprimerie La Nouvelle République Tours



Origine principale du papier : France  
Taux de fibres recyclées : supérieur ou égal à 50 % / Eutrophisation (pâte et papier) : Potit inférieur ou égal à 0,014 kg/tonne.



Inscription pour la course sur place

**OPERATION SOLIDAIRE**

au profit de l'association Vaincre la Mucoviscidose

Vente des parapluies le 5 septembre de 11h à 20h

Une montre connectée à gagner !

# Métropole : des parcours à la carte

Le comité départemental de randonnée pédestre a sélectionné les sentiers de la Métropole les mieux adaptés pour bien s'entraîner. Présentation.

Le saviez-vous ? Tours Métropole Val de Loire propose trente-six itinéraires de balade pour découvrir le patrimoine et la nature dans les vingt-deux communes de l'agglomération. Ces balades, établies en partenariat avec le comité départemental de la randonnée pédestre (CDRP), constituent autant de terrains d'entraînement pour les coureurs à pied.

Pour chaque parcours, une fiche précise la longueur, la difficulté et les principaux points d'intérêts. Et sur place, un panneau de départ et un balisage de couleur accompagnent les visiteurs. Le CDRP en a sélectionné plusieurs particulièrement adaptées à la préparation des 10 et 20 km. Les voici.

Les sentiers des Bords de Loire (5,8 km), de Sainte-Radegonde à Tours (10 km) et de la découverte de Saint-Cyr-sur-Loire (5 km) sont ceux qui se rapprochent le plus de l'épreuve tourangelle, notamment grâce à une majorité de voies bitumées et à leur proximité avec le parcours habituel. Idéal pour rester dans l'esprit de la course. Dans les communes voisines, on trouve davantage d'espaces verts et de chemins,

à l'image des sentiers Saint-Georges (13,7 km) et Entre Loire et Vigne (8,8 km), à Rochecorbon où vous emprunterez le GR 3 avant de vous faufiler dans les vignes de l'AOC Vouvray. Quitte à faire un peu de sport, autant que cela se fasse dans les meilleures conditions...

Citons également, au nord, les sentiers de la Petite Choisille (10 km), à La Membrolle, et de la Parcillonne (10 km), à Parçay-Meslay ; à l'est, le sentier des Onze Arpents de Saint-Avertin (9,5 km), à l'ouest celui des Cent Marches de Savonnières (5,9 km), et au sud, pour les amateurs de plus longue distance, le sentier du Lac et du Val de Cher (19,7 km), à Joué-lès-Tours.

Pour les amateurs de forêts et de bois, rendez-vous à Saint-Cyr-sur-Loire (bois de la Rabelais), Tours (La Chamberrie, la Gloriette), Mettray (le parc des Grandes Brosses), Saint-Avertin (La Camusière) ou Chambray avec le bois des Hâtes.

Le choix ne manque pas. Ne reste plus qu'à chausser ses baskets. ■

Nicolas Rimbaux

> Retrouver les fiches détaillées sur [tours-metropole.fr/rando](https://tours-metropole.fr/rando)



Les vingt-deux communes de l'agglomération accueillent trente-six parcours balisés et sécurisés. (Photo NR, Hugues Le Guellec)

## Jean-François Paufert : le sagittaire du bénévolat

Retraité de Val Touraine Habitat, Jean-François Paufert a couru dix-huit marathons. Cette passion l'a conduit à devenir bénévole pour les 10 et 20 km de Tours.



Jean-François Paufert, 70 ans, voulait faire du bénévolat, dans un domaine autre que son secteur professionnel. (Photo NR)

Sur son mollet gauche, Jean-François Paufert, un retraité de Val Touraine Habitat installé à Amboise, s'est fait tatouer à la mode tribale un sagittaire, son signe astrologique. Né un 23 novembre, ce sujet lui a plu, d'autant plus que lui aussi galope : dix-huit marathons au compteur. Et à 70 ans, il en a encore beaucoup sous le pied. Il court trois fois par semaine, à Amboise, au bois des Hâtes pour l'ombre, à Husseau avec la vue sur les vignes, ou ailleurs. « Pour ne pas s'ennuyer, il faut toujours diversifier, courir à plusieurs aussi. » Comme beaucoup, Jean-François a commencé à courir tranquillement, puis il a augmenté les distances, toujours plus. Et s'est inscrit à un 10 km, puis à 20 km avant de courir son premier marathon à La Rochelle en 4 h 30. « Lorsque j'ai franchi la ligne d'arrivée, entre les deux tours, j'en avais les larmes aux yeux : je l'avais fait. Pourtant, j'ai ressenti le fameux mur des 30 km, galéré, mais j'ai continué, tenu jusqu'au bout. Et chaque fois, la même émotion me gagne. »

Maintenant, il ne regarde plus tant le chrono que les paysages, les gens qui encouragent. En 2019, il a combiné épreuves

sportives et voyages avec Saint-Pétersbourg, en juin, et New York, en novembre. « En Russie, le départ a été donné devant le musée de l'Ermitage pour un parcours magnifique. À New York, nous étions beaucoup plus nombreux, plus de 60.000, partis par groupes du pont de Verrazano et la musique I love Rock'n Roll qui nous donnait la chair de poule. Inoubliable ! Partout, des gens nous acclamaient. » Dans les épreuves marquantes, il n'oublie ni Marseille-Cassis, pour la vue à couper le souffle dans la descente, ni le marathon du Médoc, avec ses quarante châteaux et autant de dégustations.

Jean-François est également devenu bénévole aux 10 et 20 km de Tours. Il a été signaleur, puis, avec le comité d'organisation, il aime se rendre sur les villages des marathons, dans tout l'Ouest, pour faire la promotion de Tours. Cette année, il ressent un peu d'amertume avec l'annulation des courses traditionnelles, mais se tient prêt pour les épreuves connectées. Il va courir les 42,195 km. La montre reste prête, les chaussures aussi et les jambes, encore plus ! ■

Raphaël Chambrard

## Tous contre la mucoviscidose

Grâce à l'engagement des coureurs, l'association Vaincre la mucoviscidose bénéficie d'aide pour la recherche fondamentale et le mieux-être des malades. Pour financer des postes au CHU de Tours, comme pour l'achat de matériel, les dons sont indispensables.

**N**ous sommes très touchés de ce partenariat particulier cette année, autour de la course connectée... Cette solidarité est un soutien immense ! Laurent Cailly, responsable départemental de l'association Vaincre la mucoviscidose, explique que « cette maladie génétique rare nécessite un suivi très régulier, tous les deux mois. La kiné respiratoire est un des traitements de base, elle demande un matériel pédiatrique adapté, et la maladie nécessite une prise en charge pluridisciplinaire ». La mucoviscidose attaque principalement les poumons, mais affecte aussi la digestion (via le pancréas) et le système immunitaire.

Concrètement, l'engagement de cinq euros que chaque coureur destine à l'association va financer la recherche fondamentale et des postes spécifiques à l'hôpital Clocheville pour les enfants – cent trente sont suivis par l'équipe des docteurs Laure Cosson et Charlotte Giraut – et Bretonneau pour les adultes. « Une partie des contrats de recherche du laboratoire Inserm de pneumologie est assurée grâce à notre association, souligne-t-il. Par exemple avec des traitements par aérosol qui limitent les risques d'infections. Désormais, l'espérance de vie progresse et on traite plus d'adultes que d'enfants », souligne Laurent Cailly. Le récent diagnostic prénatal pour les parents à risque est aussi une belle avancée. Tours possède également un centre de ressources et de compétences



Famille et amis entourent un jeune malade « muco ». (Photo Laurent Cailly)

sur la mucoviscidose, « qui joue un grand rôle pour les patients ». En 2020, les enfants naissant atteints de cette maladie ont une espérance de vie de 50 ans. Une personne sur trente est porteuse du gène, mais il ne



**C'est une belle vitrine pour nous et l'occasion de recueillir des fonds.**

s'exprime que dans une naissance sur quatre mille.

La fin septembre marque, en France, le retour des Virades de l'espoir. « À Tours, c'est la course des 10 et 20 km qui prend le relais depuis plus de vingt ans. C'est une belle vitrine pour nous et l'occasion de recueillir des fonds. » Mais c'est aussi l'occasion de participer à l'épreuve sportive, ce mois de septembre. Car les membres locaux n'hésitent pas à mouiller le maillot pour la cause qui leur tient à cœur.

A. A.

## L'environnement dans la course



Les participants pourront ramasser les déchets en marchant ou en courant. (Photo Adobe Stock)

**L'**entreprise Dalkia, partenaire de longue date des 10, 20 km et du Marathon, a souhaité participer à sa façon cette année. « Nous sommes dans la solidarité avec nos clients et nos partenaires, dans la durée. Dans ces périodes compliquées, c'était normal de continuer à s'engager aux côtés des organisateurs. Comme notre rôle dans la préservation de l'environnement fait partie de notre engagement sociétal fort, nous avons proposé au comité un "plogging", c'est-à-dire de ramasser les déchets sur un parcours donné, tout en marchant ou en courant », expose Frédéric Blandin, directeur de la communication de Dalkia Centre-Ouest. Et de rappeler les actions de sa société en faveur des économies d'énergie auprès de ses usagers par exemple. « Nous avons converti notre activité de production d'énergie à 52 % dans le renouvelable en région Centre-Ouest, avec la centrale biomasse de Saint-Pierre-des-Corps par exemple. Tous les ans, on économise 300.000 tonnes de CO2 », précise aussi Frédéric Blandin.

« Nous avons choisi ce plogging, une action concrète et visible pour l'environnement, et pour lutter contre les incivilités. La pédagogie fait partie de notre politique », indique le responsable. La société Dalkia a déjà réalisé ce type de manifestation en France, mais c'est la première fois dans notre secteur. Ses salariés (un millier dans la grande région), dont certains courent d'habitude, sont incités à participer, mais la manifestation est ouverte à tous : il suffit de s'inscrire à l'avance. Le trajet reprendra le parcours habituel de la course le long de la Loire à partir du pont Wilson. Le matériel de tri de déchets sera fourni (pinces, sacs, etc.). Des groupes d'une dizaine de personnes seront formés sur place. On peut venir en famille et les enfants sont les bienvenus.

> Plogging Loire Valley par Dalkia. Dimanche 20 septembre, à partir de 10 h, selon le protocole sanitaire en vigueur. Inscription obligatoire sur : [www.runningloirevalley.com](http://www.runningloirevalley.com)

# Les Tourangeaux motivés et motivants

Entre projet de club et initiative individuelle, la course connectée verra la participation de nombreux coureurs licenciés du département.

**P**our moi il s'agira de boucler la boucle, indique Harald Applincourt, le sociétaire du Joué Running 37, qu'on a l'habitude de retrouver aux avant-postes sur les courses du département. Près d'un an après avoir terminé le marathon de Tours en 2 h 48 pour sa première expérience sur la distance, celui qui demeure à l'Île-Bouchard comptait bien renouveler l'expérience sur les 42,195 km le 27 septembre prochain « pour s'approcher des 2 h 40 ». Séduit par la distance, le coureur jocondien avait planifié sa saison pour cet objectif et les sorties longues ont été nombreuses depuis le printemps. C'est pourquoi le 20 km de la course connectée sera pour Harald Applincourt un moyen « de marquer le coup, de me challenger moi-même sur une distance que j'ai beaucoup parcourue pour préparer le marathon ». À domicile, il déclenchera sa montre en empruntant un parcours sans difficulté bien connu des athlètes du département : « Je partirai de chez moi, puis j'irai jusqu'à Parçay-sur-Vienne où j'effectuerai deux fois l'ancien parcours des Foulées de Parçay,

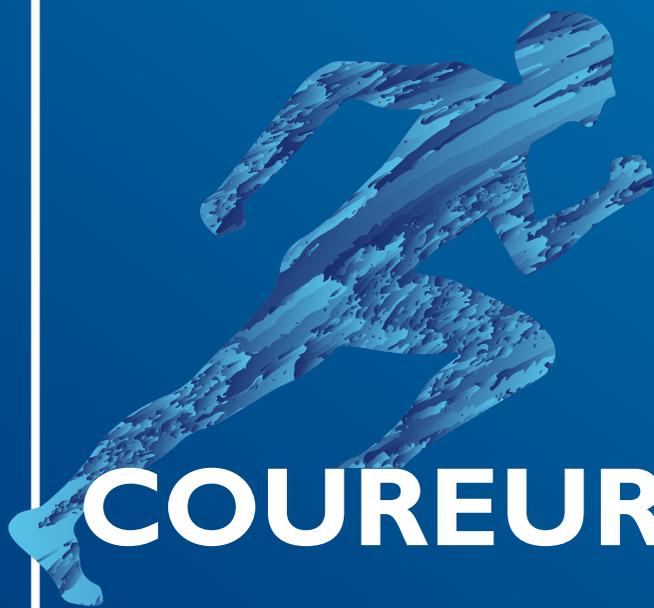


Harald Applincourt vivra la course connectée sur 20 km. (Photos Archives NR)  
Ayaba Geslain et ses coéquipières de l'ASPTT Tours prendront part au 10 km.



puis retour à l'Île-Bouchard en prenant soin de déposer un ravitaillement au préalable sur le circuit. » Le tout sur une allure soutenue, avec l'objectif de réaliser 1 h 14. Du côté de l'ASPTT Tours et de son entraîneur Philippes Valesmes, la course connectée est une opportunité pour remobiliser ses athlètes : « Ça tombe bien pour occuper les coureurs et leur faire suivre un programme spécifique. » Car le coach tourangeau est inquiet pour ses ouailles qui pour beaucoup d'entre elles « ne savent plus où elles en sont et demandent des références ». Alors, pour que ses athlètes restent actifs, l'ASPTT Tours va solliciter ses adhérents, notamment du groupe compétition, pour participer au 10 km « sur un parcours plat, étalonné, le long de la Loire à vélo. Nous ferons des groupes de niveau, l'idée étant d'offrir à nos athlètes des conditions optimum pour qu'ils soient performants. » Philippe Valesmes espère motiver une trentaine de coureurs du club. Des coureurs connectés et...cocoonnés ! ■

Cor. NR : **Éric Navarre**



**COUREURS DES**

**COURSE TOURS  
CONNECTÉE  
10K - 20K - MARATHON**

**LA RÉUSSITE EST EN VOUS !**

Banque Populaire Val de France,  
Partenaire historique de l'événement

**BANQUE POPULAIRE  
VAL DE FRANCE**



la réussite est en vous

SA coopérative de Banque Populaire à capital variable, 9 av. Newton Montigny-le-Bretonneux (78), RCS Versailles 549 800 373.