

Sports → Loiret

ATHLÉTISME / MARATHON DES SABLES ■ L'athlète de l'ECO-CJF vise le top100 de la 30^e édition qui débute dimanche

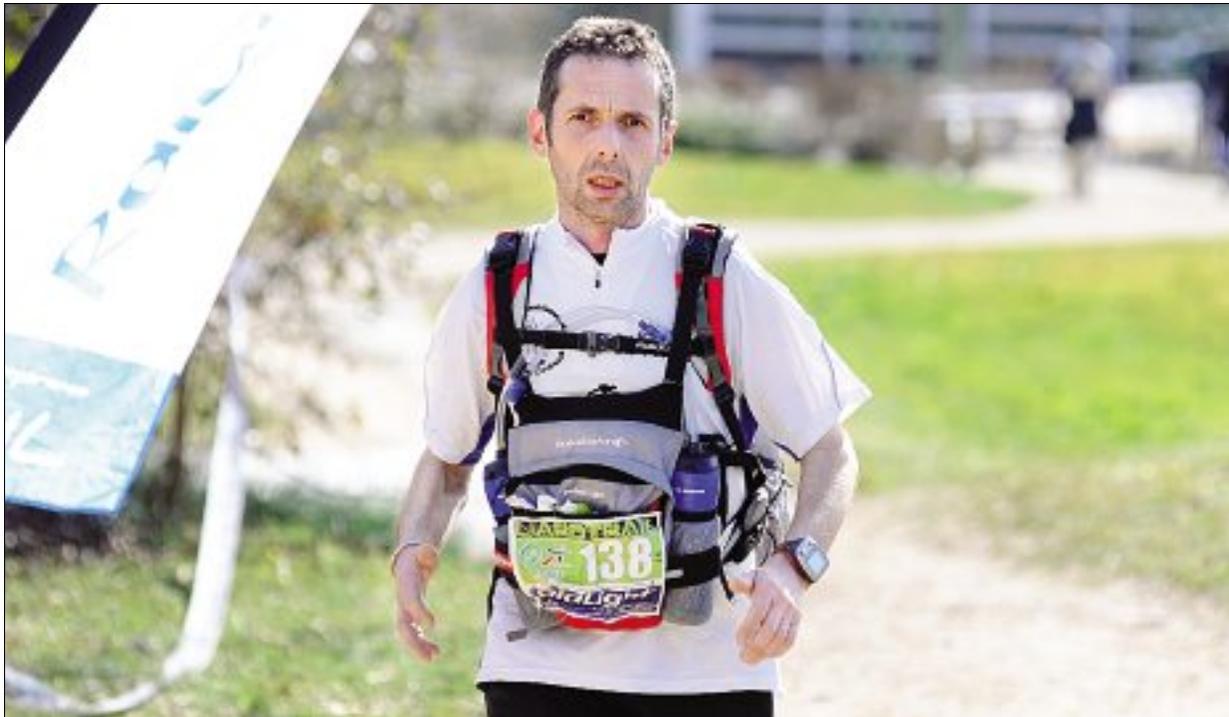
Laurent Mouzet veut sa place au soleil

Classé 92^e de l'épreuve (et 22 Français) en 2011, cet Orléanais de 45 ans aspire à faire aussi bien pour sa seconde incursion dans le Sahara sud-marocain.

Raphaël Coquel

raphael.coquel@centrefrance.com

La première incursion sur le Marathon des Sables, en 2011, avait pris des airs de coup de maître avec une épatante 92^e place finale, sans compter une pelletée de souvenirs forts. Quatre ans plus tard, Laurent Mouzet reprend sa part de désert, avec l'ambition de faire aussi bien. « Le top100, ce serait parfait. Même si je sais qu'il y aura du beau monde, pour la 30^e édition de l'épreuve », explique l'athlète de l'ECO-CJF, 45 ans depuis quelques jours.



RÉPÉTITION. Laurent Mouzet a pris part au récent trail d'Ardon, avec l'équipement du Marathon des Sables. PHOTO : FRANK LE ROUX

Un saucisson sec dans le sac à dos

La crème mondiale de l'ultra-fond est, en effet, annoncée dimanche au départ de cette course mythique disputée en plein Sahara sud-marocain, dont le kilométrage un brin élevé (pas moins

de 300 bornes réparties sur six étapes) et la grosse chaleur (cela pourrait flirter avec les 50 degrés !) pourraient en rebuter beaucoup. Pas notre Orléanais, déjà vu à plusieurs reprises sur 100 kilomètres, marathon, et qui

connaît parfaitement les ficelles pour négocier au mieux ce qui l'attend dans les prochaines heures. « La gestion de l'eau est fondamentale. En gros, il faut boire très, très régulièrement. Pour ne pas oublier, je fais sonner ma montre

toutes les cinq minutes. Il faut aussi soigner sa nutrition, forcément sous forme lyophilisée. Et là je sais ce qui me réussit, du traditionnel et des gourmandises, comme de la mousse au chocolat ou du crumble. » Celui qui,

quand il ne court pas, est technicien chez Thalès, a aussi amené de quoi regonfler son moral à l'arrivée : du saucisson sec ! « Cela ne prend pas trop de place dans le sac à dos, et surtout ça fait un bien fou quand on a souffert. » Parole de connaisseur. ■

Docteurs ès « folies douces »



PASSIONNÉS ■ Chirurgien orthopédiste et gynécologue bien connus dans l'agglomération orléanaise, Jean-Luc Delalande (52 ans, à gauche) et Pierre Lacasse (56 ans) vont délaissier patients et salle de consultation, pour mettre le cap demain sur le Maroc et leur second Marathon des Sables. Déjà de l'aventure en 2010, ils ont éprouvé l'envie de se tester à nouveau sur « cette course universelle », selon les mots du premier. « Toute la planète s'y retrouve, souvent pour une bonne cause, comme je m'en suis rendu compte la première fois. Ce sera aussi notre cas cette année avec l'équipe « Marathon de l'Espoir » (qui regroupe les cinq Loirétains), et ça me plaît bien », précise cet honnête marathonien, qui refuse l'étiquette de performeur. Elle sied pas mal à son confrère, qui après ce Marathon des Sables, a coché à son agenda l'Half Iron Man d'Aix-en-Provence (3 mai), l'Iron Man de Nice (28 juin) et la Courmayeur Champex Chamonix (28 août). « Cela fait des buts pour s'entraîner », estime Pierre Lacasse, qui consacre « 8 à 10 heures » à cette passion dévorante. « À 56 ans, aux deux-tiers de son existence, on peut baisser la tête ou au contraire bomber le torse, ce que j'essaie de faire. Ma femme croit que je suis fou, quand mon fils me prend pour un autiste. » On parlera, nous, de docteurs ès « folies douces »... ■

Christian Lafaille, le bizuth

Si ses quatre compères ont déjà étreint le Marathon des Sables, Christian Lafaille s'apprête, lui, à découvrir l'épreuve. Avec un brin d'angoisse...

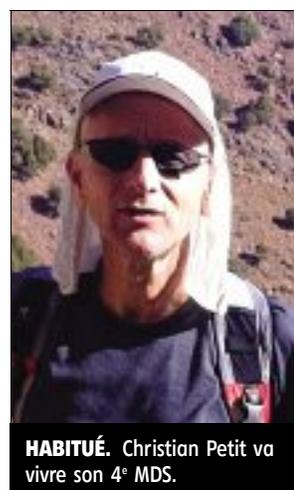
Et pourtant ce coureur olivétain de 50 ans en a vu d'autres. Marathons (La Rochelle, Paris, New York, Berlin), 100 km de Millau, divers triathlons et un trek au Népal figurent ainsi sur sa carte de visite. « J'aime bien me lancer des défis. J'aime aussi aller chercher, au fond de moi-même, des ressources insoupçonnées. Avec le Marathon des Sables, je

m'attends à être servi », sourit ce conseiller en formation, à quelques heures du départ. Comme le gros des troupes, son objectif va se résumer à « terminer ! ». Dans le meilleur état possible. Si la chaleur ne lui inspire pas trop de crainte, ce n'est pas le cas de... ses pieds, soumis à rude épreuve dans le désert. « Je sais que je n'échapperai pas aux petites blessures et aux ongles qui tombent. J'ai connu ça sur toutes mes grandes courses. J'espère que ça ne m'empêchera pas d'aller au bout. » ■



PREMIÈRE. Christian Lafaille en terra incognita.

Christian Petit, l'aventurier

HABITUÉ. Christian Petit va vivre son 4^e MDS.

Vu à moto sur de nombreux rallyes africains dans les années 1990, l'Orléanais Christian Petit se défend aussi sur ses deux pieds. Au point de s'attaquer dans quelques heures à son 4^e Marathon des Sables.

« J'ai commencé à courir pour garder la forme en moto, et puis je me suis fait prendre au piège. J'ai basculé sur les triathlons Iron Man et les courses dans le désert », raconte ce commercial auto/moto de 57 ans, qui a trouvé dans le Marathon des Sables « tout ce qu'il aime dans le sport ».

« Quand le premier de l'équipe arrive, il y a pratiquement personne pour l'accueillir, alors que le dernier, tout le monde vient l'applaudir. Cela résume bien l'état d'esprit de cette épreuve qui pousse à se dépasser physiquement et mentalement », poursuit le doyen des 5 Loirétains engagés dans la 30^e édition. Cueilli par « une grosse grippe » il y a un mois, qui a sacrément perturbé sa préparation, il espère que son corps ne lui en tiendra pas trop rigueur. Lui qui a toujours fini ce qu'il a entrepris dans le désert. ■

REPÈRES

Mode d'emploi. Si ses participants rejoignent aujourd'hui, par les airs, le Sahara sud marocain, le Marathon des Sables, 30^e du nom, débute vraiment dimanche, pour se terminer le lundi 13 avril. Mis à part ses organisateurs, personne n'en connaît le menu exact. Il devrait se situer autour de 300 kilomètres, répartis en 6 étapes, le tout en autosuffisance alimentaire.

Peloton. 1.421 participants, dont 435 Français, s'alignent au départ de l'épreuve cette année. Ce sont très majoritairement des hommes (1198, contre 223 femmes). Pas moins de 47 nationalités sont recensées pour cette 30^e édition. Quelque 49 équipages, dont celui 100 % loirétain baptisé « Marathon de l'Espoir », concourent pour le classement par équipes.

Dossards. 1.098 Jean-Luc Delalande ; 1.099 Christian Petit ; 1.100 Pierre Lacasse ; 1.101 Christian Lafaille ; 1.102 Laurent Mouzet.

LES CHIFFRES

7

Le sac à dos des coureurs, qui comprend notamment duvet, matelas et oreiller gonflable, en plus de leur gamelle et leur nourriture, doit peser au minimum 7 kilogrammes.

0

Pour l'avoir couru, Laurent Mouzet l'assure : il n'est pas possible de prendre la moindre douche pendant l'épreuve. « On se lave juste au gant, en puisant dans les 4,5 litres d'eau alloués chaque jour ».

→ ASSO

AT EUROPE. Les cinq athlètes loirétains courront pour l'association AT Europe, laquelle promeut la recherche sur l'ataxie telangiectasie, une maladie génétique orpheline. Environ 200 enfants en sont atteints en France ; 2.000 en Europe. Renseignements sur www.ateurope.org.