



Chronique kilomètre43
par Robert Davidson

Numérotage sans fin

Internet est une source intarissable d'informations sur la course sur route, notamment grâce à ses bulletins électroniques. Justement, le plus récent *Active Runner* vient d'être déposé dans ma boîte courrielle. Bien que j'accueille avec joie la lecture qu'on m'offre, gratos, je sais d'avance que mon plaisir d'apprendre sera diminué par la façon dont l'information sera présentée.

Je parle de cette manie excessive de numérotage adoptée par tous les médias en ligne.

En feuilletant la dernière livraison du bulletin *Active Runner*, qu'est-ce qu'on m'offre ?

- Les **cinq** meilleurs endroits pour admirer les couleurs d'automne tout en faisant un jogging
- **Cinq** étapes pour corriger nos pires défauts
- **Sept** conseils en vue de son premier demi-marathon
- **Cinq** choses à savoir avant un 5 km
- **Neuf** ingrédients pour devenir instantanément un meilleur coureur
- **Onze** endroits pour se qualifier sans grand risque pour le marathon de Boston
- Les **dix** commandements à observer le matin d'une course
- **Onze** erreurs à corriger...
- Ainsi de suite...

Et ce sont tous les bulletins qui s'adonnent à cette pratique franchement agaçante... L'épidémie frappe partout. Au moins si les chiffres et l'ordre dans lequel ils sont présentés signifiaient quelque chose. Bien non ! C'est lancé pêle-mêle...

Éradiquer le mal, soutenir la FQA et courir à Rimouski

Je sais que des puristes de notre espèce ne pourrons pas éradiquer ce mal, mais on peut faire quelques suggestions quant aux thèmes abordés. Alors, proposons des sujets vraiment utiles :

Trois indications que la course envahit trop votre vie :

- Signe que votre horizon ne dépasse pas vos lacets, vous offrez une Garmin dernier cri à votre conjointe à votre anniversaire de mariage. On est loin d'un bijou;
- Vous appelez votre chien « Émile », comme dans Émile Zatopek;
- Vous appelez votre chat Zatopek.

Cinq raisons de *bénévoler* lors de la prochaine course dans votre ville :

- Vous avez à cœur de promouvoir la course dans votre patelin;
- Vous remettez à la course le plaisir que la course vous procure;
- Pour une fois ce sont les autres qui en arrachent !
- Votre budget course pour l'année est 'busté';
- Un T-shirt 'bénévole'.

Trois trucs pour rester discrets sur vos exploits, notamment au travail :

- Vous n'affichez pas au bureau votre certificat de participation au marathon de Boston de l'an dernier;
- Vous ne vous vantez pas d'être arrivé au travail à la course, surtout si vous repartirez à la course;
- Parfois vous mangez du *junk food* à la cafétéria pour court-circuiter votre réputation de granola-sportif.

Trois façons de faire preuve de civisme à l'égard des bénévoles et des autres coureurs :

- Vous ne crachez pas sur les souliers du coureur derrière vous;
- Vous n'arrêtez pas sec aux points d'eau;
- Vous dites merci aux bénévoles aux points d'eau et à l'arrivée.

Quatre bonnes raisons de soutenir sa Fédération d'athlétisme;

- Vous souhaitez avoir la certitude que les courses répondent aux meilleurs standards;
- Que les entraîneurs sont bien formés;
- Que quelqu'un a l'oreille des ministères et des organismes ici et au national;
- Que vous obtiendrez des rabais intéressants aux boutiques spécialisées.



Finalement,

Cinq raisons de participer au marathon de Rimouski

- Vous aimez les marathons beaux et discrets, presque intimes, comme Cape Cod et Lake Placid, où tout est fonction des besoins des coureurs d'abord;
- Un parcours féérique, le long du Fleuve;
- Des bénévoles enthousiastes, bien préparés, qui savent ce qu'ils font et ce que le coureur désire;
- Un marathon frais en début d'automne;
- Une ville accueillante où les coureurs sont nombreux;
- En résumé : un must!