

Chronique Kilomètre 43  
Par Robert Davidson

### **Mettre un marathon dans sa valise : Quand courses et voyages coïncident**

« Mon plus grand rêve » ? La coureuse Montréalaise Le Binh Huy n'hésite pas un instant. « De pouvoir jumeler deux passions, les voyages et la course, le plus longtemps possible, J'ai particulièrement hâte de me placer à la ligne de départ du marathon d'Athènes, car c'est un lieu mythique de la course sur cette distance. »

Le Binh n'en sera pas à son premier marathon à l'étranger. Comme plusieurs autres coureurs, elle fait coïncider tourisme et course : elle prend prétexte d'un marathon pour voir du pays avant ou après l'épreuve.

En 2015, le marathon de Paris l'a amenée en France pour y faire un brin de visite... et voir de la famille. « Cette course a été le point central – et le point fort – de ce voyage ».

Une année plus tôt c'est à Mumbai qu'elle courait un marathon-tourisme. « Où qu'il se tienne, un marathon est un événement rassembleur pour les gens de la place et pour les visiteurs, peu importe leur niveau. Pendant quelques jours on rencontre des gens qui partagent notre passion pour la course et pour le *lifestyle* qui vient avec. Et une ville n'est jamais aussi belle que sur un parcours protégé le jour d'une course. »

Le Binh souligne également qu'il n'est pas toujours nécessaire d'aller bien loin pour s'adonner au marathon-tourisme, « Ottawa, Québec, Toronto, chacune de ces villes se fait belle avant et pendant le marathon. Chaque ville a son charme ».

### **Mettre un marathon dans sa valise**

Des amies marathoniennes, deux sœurs qui préfèrent demeurer anonymes, partagent le point de vue de Le Binh :  
« Rien de plus exaltant que de parcourir les rues de villes superbes lorsqu'elles sont libres de toute circulation motorisée... à nous les New York, Washington, Chicago, Lausanne ! »



Les sœurs participent à quatre ou cinq semi-marathons et à un ou deux marathons par année. Comment choisir les courses?

« Étant deux professionnelles, ayant, en plus de nos tâches cliniques, des responsabilités de gestion, d'enseignement et de recherche, nos agendas sont très chargés et nous nous devons d'être extrêmement organisées et faire preuve d'efficacité dans notre gestion du temps. Nous profitons donc des déplacements qu'exige la diffusion de nos résultats de recherche à des congrès scientifiques pour y faire coïncider nos marathons. »

« Nous appliquons le principe que chaque nouveau marathon doit se dérouler dans un pays différent pour l'Europe ou un état différent pour l'Amérique du Nord. »

Le printemps et l'automne sont plus propices aux marathons, et pas seulement parce que la température est moins chaude : ce sont aussi les périodes habituelles pour la tenue des congrès scientifiques auxquels les chercheurs veulent participer.

« Il y a bien sûr eu plusieurs exceptions à ce processus de sélection de nos marathons. Parfois, la renommée de la ville et la réputation d'une course ont été les facteurs décisifs d'une inscription. Ce fut le cas pour deux de nos coups de cœur, Berlin et Minneapolis ».

#### **Pointe-Noire et Place Saint-Pierre, une foulée à la fois.**

Pour Efraim Meslet, un Français qui réside depuis quatre ans en République du Congo, une ville se découvre une foulée à la fois.

« Même sans course officielle organisée, dit-il, toute visite d'une ville, pour raisons professionnelles ou touristiques, passe pour moi par une course à travers les points et quartiers névralgiques de la ville, que je visiterais un par un les jours suivants. Le dernier jour, une dernière course permet de relier tous les points, de « boucler la boucle » et de revisiter en 1h30 ou 2 heures de course à pied à travers la ville tous les points d'intérêts. Un dernier au revoir, pour ainsi dire. »



« Je me rappelle d'une course un matin à 6 heures, dans une Rome encore endormie et qui s'agitait à peine, je me voyais traverser la vieille ville, passer par le Colisée, remonter vers le Panthéon, admirer en petites foulées les rives du Tibre et une dernière boucle sous les arcades de la Place Saint Pierre... un moment de

sérénité et de plénitude, le soleil se levant sur le Dôme de la Basilique. Un moment à chérir et que l'on doit en grande partie à notre sport qui permet une découverte à hauteur humaine.

Pour le marathon comme tel, les plus beaux parcours, selon M. Meslet, se trouveraient à Rome, Montréal, New York, Paris, les rives du Danube à Budapest... Mais le parcours n'est pas un facteur prédominant sans une ambiance à la hauteur, ajoute le coureur.

« Personnellement, s'il est vrai que la beauté du site ou le caractère historique du lieu jouent une part non négligeable dans mon appréciation, l'important reste le sentiment final, et l'ambiance générale. Je me rappelle d'une course à Pointe-Noire, en République du Congo, sur un parcours chaotique (piste terreuse et sale, chaleur accablante, un parcours sans réelles bornes de passage ni véritable distance officielle) mais une ambiance absolument inoubliable... »

La dernière course de M. Meslet était un semi-marathon à Jérusalem le 18 mars. Une expérience unique dans cette ville historique s'il en est une!

#### **Un mot sur le marathon de Montréal**

« Le Marathon de Montréal a été une expérience fabuleuse. D'ailleurs je me réinscris pour l'année prochaine, le 25 septembre 2016. Rarement rencontré une ambiance aussi cordiale, des participants de tous âges, et de tous horizons, seuls ou en groupe. L'atmosphère de Montréal pendant et après la course restera unique. L'après-course s'est tout de suite soldée par un sandwich gargantuesque chez Schwartz, et d'une très belle soirée dans les micro-brasseries de la rue Saint-Denis, à savourer la performance du jour dans une ambiance chaleureuse ! L'après-course demande aussi de l'entraînement ».

#### **Parcours : les choix du chroniqueur**

Cape Cod, Lake Placid, Rimouski