



# EN DIRECT DE **Zatopek**

Le 1<sup>er</sup> Magazine Running & Santé Belge et Luxembourgeois



Tous les trois mois, le magazine **Zatopek** fait la démonstration qu'on peut parler de course à pied de façon surprenante, instructive, drôle et même émouvante quelquefois.

À découvrir absolument pour tous ceux qui sont déjà coureur. Et tous ceux qui ambitionnent de le devenir.

# Un téléphone à la place des yeux

CLÉMENT GASS EST AVEUGLE. MAIS CELA NE L'EMPÊCHE PAS DE COURIR. ET VITE QUI PLUS EST !

**E**n janvier dernier, Clément Gass bouclait le marathon de Cernay-la-Ville en région parisienne en 4h24:27. En soi, ce chrono ne devrait pas défrayer la chronique. Il devrait toutefois lui permettre d'entrer dans le Guinness Book des records.

Car cet Alsacien de 29 ans est devenu le marathonien non-voyant le plus rapide à courir sans l'aide d'un guide. Du moins pas dans le sens où on l'entend habituellement. Il s'appuie sur une application baptisée NaviRando qui lui dicte le cap à suivre (voir par ailleurs).

*"Grâce à la trace GPS complétée par des informations préalablement enregistrées, je n'ai qu'à*

*me laisser guider par la commande vocale, confiait-il il y a quelque temps au magazine Zatopek (\*). Grâce à cet appareil, j'éprouve une sensation inédite de liberté et d'indépen-*

*dance. Je ne suis plus obligé d'emprunter des routes déjà connues et qui par la force des choses ne sont forcément pas très nombreuses."*

## JAMAIS SANS MA CANNE

Bien sûr, cette application ne fait pas tout. *"L'énergie que je dépense pour rester concentré, je ne peux pas l'utiliser pour courir. Je dois me limiter à une fréquence de 110/120 pulsations par minute, sans quoi je manque de lucidité pour percevoir les informations auditives et tactiles ainsi que les instructions du GPS."*

Pour mesurer sa position, Clément Gass doit effectivement connaître avec précision sa vitesse. *"Selon le terrain, je sais par exemple que je couvre une distance comprise entre trois et quatre mètres par seconde. Si la distance à couvrir est de 70 mètres, cela fera donc une vingtaine de secondes."*

L'application ne le dispense pas non plus de

**"JE N'AI QU'À  
ME LAISSER GUIDER  
PAR LA COMMANDE  
VOCALE"**

\* >Zatopek n°36 novembre-décembre 2015/janvier 2016.

## CAPITAINE ABANDONNÉ

Développée par l'Université de Strasbourg, l'application NaviRando utilise une trace GPS éventuellement complétée par des instructions vocales qui auront été préalablement enregistrées. Pour guider son utilisateur, elle utilise toutes sortes de capteurs (GPS, boussole, altimètre, accéléromètre, etc.) qui officient comme "centrale inertielle". Elle dicte ses informations



en utilisant le même vocabulaire qu'en navigation. "Midi" indique de continuer tout droit; "Trois heures" de tourner à droite. Quand la direction est fixée, NaviRando indique aussi en mètres la distance à parcourir. Au bout du compte, on entend à peu près ceci : "Point 12, midi, 50 mètres, chemin à trois heures." Traduction : vous venez de passer le point 12 du parcours. À présent, il vous faut courir tout droit pendant 50 mètres avant de bifurquer à 90 degrés sur la droite.



Clément Gass est aveugle. Mais grâce à NaviRando, il peut désormais courir sans l'aide d'un guide.  
© BELGA