



EN DIRECT DE Zatopek

Le 1^{er} 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 Belge à la Badwater



Luc Maes, qui sera accompagné de Frank en hand bike, va se mesurer à la redoutable Badwater en juillet prochain. © BELGA/DR

LUC MAES VA PARTICIPER EN JUILLET À LA BADWATER, L'ULTRA-TRAIL LE PLUS DUR AU MONDE, AVEC UN PROJET TOUT À FAIT INNOVANT.

Depuis 1987, une course se déroule chaque année dans la Vallée de la mort en Californie (États-Unis) dans des conditions très inhospitalières. Jugez plutôt. L'épreuve fait 135 miles (217 km). Elle démarre au point le plus bas du site (-85,5 m sous le niveau moyen de la mer) pour se terminer sur les pentes du Mont Whitney à 2548 m d'altitude. Comme elle comprend aussi quelques descentes (pas beaucoup), cela fait un total de 4000 m de dénivellé positif. Une paille! Elle se déroule à la mi-juillet. À cette époque de l'année, la température journalière oscille alors entre 50 à 55°C à l'ombre. Au soleil, elle dépasse les 75°C. Les participants attestent aussi qu'un vent brûlant leur donne littéralement l'impression de cuire sur le bitume. Peuvent-ils compter sur la fraîcheur du soir pour retrouver des températures plus clémentes? Pas vraiment. Même la nuit, celle-ci descend rarement sous les 40°C. On dit de cette course qu'elle est la plus dure au monde.

ON DIT DE CETTE COURSE QU'ELLE EST LA PLUS DURE AU MONDE.

Malgré ces rudes conditions climatiques – ou peut-être à cause d'elles – l'aventure attire chaque année des milliers de coureurs. Si bien qu'une rigoureuse sélection est effectuée

par les organisateurs afin de ne pas dépasser la centaine d'inscrits: 50 débutants et 50 expérimentés en provenance d'une vingtaine de pays. Ils sont tous très bien préparés, ce qui explique qu'environ 80% d'entre eux parviennent à franchir la ligne d'arrivée dans le temps imparti: 48 heures. Pour donner une idée de la progression réalisée ces dernières décennies, rappelons que le vainqueur de la première édition en 1987, l'Américaine Eleanor Adams (eh oui, une femme!) avait fini en 52h45. Avec un temps pareil, elle serait aujourd'hui hors délai!

AINSI COURAIT LUC MAES

Pour participer à la Badwater, les coureurs doivent satisfaire à des critères draconiens. Pour une première participation, les organisateurs exigent en effet de se présenter avec au moins trois courses de plus de 100 miles effectuées lors des deux dernières années. Le Belge Luc Maes remplit cette condition (*). Et ce n'est pas tout. Pour départager les candidats, les organisateurs s'appuient également sur le dossier personnel du coureur. Or, celui de Luc ne manque pas d'originalité. Il projette en effet d'embarquer dans sa folle aventure deux personnes moins valides: Franck (28 ans), un ingénieur civil de Florennes restée paralysé après un accident de moto, et Dominique (57 ans), handicapé mental de l'institution "La Pommeraie" de Belœil avec son éducateur, Kevin. Franck et Dominique feront non seulement partie du voyage. Mais ils devraient aussi courir au côté de Luc



sur la distance d'un marathon (42 km). Frank en hand-bike et Dominique à pied.

Rendez-vous leur est donné à Furnace Creek, le 15 juillet 2019. Good luck everybody!

■ Aurore Braconnier

En pratique > Pour financer ce projet, Luc Maes a monté une ASBL "Défi-Sport&Handi-CAP" qui organise notamment des repas de bienfaisance au profit de CAP48. On peut également le soutenir par le financement participatif. Son projet de crowdfunding se trouve sur le site de CAP48.

LE SAVIEZ-VOUS?

En anglais, Badwater signifie littéralement "mauvaise eau". Et pour cause! Il ne pleut presque jamais dans le désert Mojaves en Californie et l'eau qui stagne là est à la fois très rare et impropre à la consommation.



LA DERNIÈRE HEURE / LES SPORTS
MARDI 4 JUIN 2019