

Un baptême de 42,195 km

15/04/2015



Frédéric Monzo prépare avec sérieux l'échéance du 31 mai. - (Photo sd)

Licencié depuis septembre au CA Pictave, Frédéric Monzo prendra le départ de son premier marathon le 31 mai prochain à l'occasion de l'épreuve poitevine.

Au premier abord, le pari semble un peu fou. Pourtant, on peut avoir découvert la course à pied très récemment, s'inscrire dans un club en septembre et décider de participer à son premier marathon en mai. A 49 ans, Frédéric Monzo s'est lancé dans une sacrée aventure, à la fois humaine et sportive. *« Je ne suis pas un grand sportif à la base, tout juste quelques sorties en vélo avec des copains. Mais, lorsque notre fils a quitté la maison cet été pour rejoindre l'internat, nous voulions trouver une activité avec ma femme pour ne pas rester à rien faire à la maison. J'avais participé à ma première course en août lors de la Foire des Melons de Vendevre. Cela m'avait plu. Voilà comment nous nous sommes mis à courir »*, raconte-t-il.

" Je veux d'abord aller au bout, si possible en quatre heures "

Ce qui aurait pu être une discipline pratiquée en dilettante prend assez vite une place plus importante. *« J'habite au Rochereau et l'on m'a indiqué un club sympa à Neuville. J'ai alors rejoint le CA Pictave. C'est plus amusant de s'entraîner à plusieurs. »* Au milieu de véritables mordus, Frédéric Monzo se prend très vite au jeu. *« Je me suis inscrit au marathon du Futuroscope sans trop connaître ni savoir où j'allais. Mais je m'y suis mis avec sérieux. »* Ses performances parlent pour lui et sont plutôt encourageantes. *« Au début du mois, je me suis aligné pour la première fois sur un semi-marathon. Mon objectif était de terminer. J'ai*

bouclé les 21 km en 1 h 43'. J'ai été agréablement surpris par mon chrono. » Il faut dire que Frédéric Monzo bénéficie des conseils d'un sacré entraîneur, en la personne de Rémy Bergeon, bien connu dans le petit monde de la course pédestre départementale. « Rémy m'a donné un programme que je suis à la lettre à raison de quatre ou cinq sorties par semaine. En tant que chef cuisinier au Futuroscope, je m'entraîne suivant mes disponibilités. Je suis aussi pris par ma fonction de conseiller municipal au Rochereau. Alors je peux courir le matin ou le soir. Je ne pense pas être devenu "addict" mais, une chose est sûre, je prends beaucoup de plaisir », témoigne-t-il.

L'échéance approchant, le novice garde la tête froide, laissant de côté tout stress ou excitation inutile. « *Pour l'instant, tout va bien. J'ai le moral. Mais une petite gêne à la jambe peut tout remettre en question et vous faire vous poser beaucoup de questions. On est sans cesse à l'écoute de son corps car on nous conseille de ne pas forcer pour ne pas aller au-delà de nos limites. »*

Pour sa première, Frédéric Monzo n'a qu'un objectif en tête : « *Je veux d'abord aller au bout. »* Avant d'ajouter : « *Si possible en quatre heures ».*

le programme

> **Dimanche 31 mai,**

11^e édition du marathon "Poitiers - Futuroscope" et du semi-marathon. Épreuves label national FFA. Le semi-marathon est support du championnat régional FFA. Performances homologuées, classantes et qualificatives pour les championnats de France. Nombreuses animations.

> **Départ** : à 8 h 30 du parc de Blossac.

> **Arrivée** : devant le palais des congrès du Futuroscope.

> **Tarifs** : Marathon 40 euros du 1^{er} mars au 30 avril, 45 euros du 1^{er} mai au 30 mai. (1 coupe-vent, 1 médaille aux arrivants, 2 entrées au Futuroscope offerts, possibilité d'acheter 4 entrées à 50 %). Semi-marathon 14 euros avant le 30 avril, 16 euros du 1^{er} mai au 30 mai (1 maillot technique, 1 entrée au Futuroscope offerts, possibilité d'acheter 2 entrées à 50 %).

> **Podiums 2014 :**

Marathon : 1. Kumbi Béchère en 2 h 15'09", 2. Bett Kiprotich en 2 h 16'31", 3. Etena en 2 h 26'33". 1^{re} féminine : 9. Immaculate Chemutai en 2 h 42'58".

Semi-marathon : 1. Sasia en 1 h 07'46", 2. Abdou-Daoud (EPA 86) en 1 h 07'48", 3. El Fadil en 1 h 07'56". 1^{re} féminine : 41. Sylvie Delétang (Saint-Pierre- des-Corps) en 1 h 24'01".

> **Autres épreuves** : Marathon des collégiens le mercredi 27 mai à 14 h 30 et Tout Poitiers court, 5 et 10 km gratuits le samedi 30 mai à 17 h.

> **Site Internet** : marathon-poitiers-futuroscope.com

Pierre Samit