

Actualités

Auteur

Message

Patrun

Sujet: Actualités Dim 18 Oct - 18:04

Exposition photos sur la Traversée des Etats-Unis du 25 octobre au 14 novembre 2011
à la "gare" rue de la commune à Montivilliers



Samedi 3 septembre 2011

Patrick a reçu les honneurs de la ville de Montivilliers pour sa traversée des Etats-Unis



10 Juin 2011



Nouveau partenaire: Mamar Manouni et son équipe dans la course



Rendez vous DIMANCHE 19 JUIN 2011 le jour du départ de la TRANSAMERICA à 12h00 pile sur FR3 ROUEN magazine de sport
Présentation de la course avec Laure Magnan et Patrick

24 MAI 2011 au CFA d'EVREUX

En compagnie des élèves et de Mario Deflers, encore un bon moment
passé avec une équipe sympathique et un public intéressé.



Samedi 21 mai 2011

Quel bon moment passé ensemble pour ce départ symbolique, instant inoubliable, merci à vous tous pour votre présence et votre amitié.



Vendredi 13 mai 2011 Nouvelles intervention au CFA du Havre (Montivillers), Une assistance motivée a suivie avec grand intérêt la présentation du projet, un rendez vous est déjà prévu au retour de la compétition.



INVITATION : Le 21 mai à 10h00, à la gare de Montivilliers

En collaboration avec la ville de Montivilliers, venez parcourir avec Patrick, en courant, à vélo, à roller, comme vous le souhaitez, une boucle de 12km, et participer ainsi au prologue personnalisé de Los Angeles - New York

Vendredi 8 avril 2011

4 interventions données dans la journée par Patrick pour son nouveau rendez vous au CFA de Rouen cette fois ci. Les élèves de première année ont assistés avec grand intérêt à la présentation du projet. Un rendez-vous est déjà prévu au retour de Patrick pour vivre ensemble la conclusion du périple.

Prochaine intervention de Patrick le 13 mai au CFA du Havre.



Mardi 8 mars 2011

Patrick a donné 3 conférences successives au "CFA de Dieppe côte d'Albâtre" afin de présenter la Trans América. C'est avec grande attention que les élèves ont assisté à ces rencontres, ceux-ci pourront encourager Patrick via le site dès le début de l'épreuve, le 19 juin prochain. Patrick remercie une nouvelle fois l'ensemble des participants.



1 Février 2011, Patrick Présente la TRANS AMERICA lors de la cérémonie des casques d'or, en partenariat avec la FEDERATION FRANCAISE DU BATIMENT Haute Normandie BTP / CFA Patrick se rendra dans l'ensemble des CFA de la région, dans l'objectif de créer un fil rouge de 70 jours (temps de la course) avec les élèves par un travail commun sur diverses matières.



Lundi 11 octobre 2010, Patrick et Serge sur l'étape Clermont Ferrand - Chantelle lors du tour d'Europe de Serge



« C'est notre dernier lundi », voici les premières paroles de Serge ce matin.

Nous pensions avoir une étape « seule au monde » sur les petites routes ensoleillé d'Auvergne et bien que nenni.

Au 14ème kilomètre, une surprise nous attend, Patrick et Fabienne arrivent de Normandie, de Montivilliers exactement d'où ils sont partis cette nuit pour nous rejoindre juste pour la journée.

Patrick et Fabienne ont sillonné les routes l'année passée entre Le Havre et Istanbul, pour en savoir plus, <http://patrun.top-forum.net/> .
Patrick et Serge vont causer comme deux pipelettes, phénomène exceptionnel chez notre coureur ces derniers temps, qui est plutôt muet.

ULTRA INDOOR NORMAND 48 heures à Evreux du 2 au 4 décembre



Suivez et encouragez Patrick en direct sur le net sur cette épreuve hors du commun, 48 heures sur une piste de 150 mètres avec les spécialistes de l'ultra

CI-DESSOUS EN LIEN LA PRESENTATION DE L'EPREUVE

<http://www.youtube.com/watch?v=spxGNl4GLsY>

LE SITE / LE DIRECT

<http://www.ultraindoornormand.com/>

Ouest France le 26 et 27 mai 2010

Sportifs primés avec Patrick Malandain - Honfleur

jeudi 27 mai 2010



Cette année, la récompense des sportifs se fera sous la présidence d'honneur de Patrick Malandain, coureur longue distance.

Portrait

Rencontré par Raymond Destin lors du semi-marathon de Normandie, Patrick Malandain est un sportif accompli. Agé de 49 ans, il court depuis 20 ans, et après avoir couvert compétitions régionales d'athlétisme et marathons (Paris, la Rochelle, New York), il s'est tourné depuis quelques années vers la longue distance.

En 2007, il a ainsi rallié à pied Montivilliers à Agen, soit 700 km, avant Agen-Barcelone en 2008. Et en 2009, il a traversé l'Europe avec plus de 3 200 km effectués en 53 jours, du 6 juin au 29 juillet, à la moyenne de 61 km par jour, accompagné de son épouse mais aussi de son fils sur une partie du parcours !

Mais depuis quelques mois, il se penche sur son futur grand projet, la Trans-amérique foot race, du 19 juin au 25 août 2011, avec 5 200 km à parcourir ! « **70 jours pour relier Los Angeles à New York.** » La 7^e édition d'une épreuve mythique qui existe depuis 1928. L'apothéose pour ce coureur haut-normand de longue distance, technico-commercial de profession, qui s'entraîne à raison de 6 à 8 fois par semaine, et qui doit changer de chaussures tous les 500 km. Un athlète que les Honfleurais pourront découvrir le 16 juin à l'occasion de la remise des récompenses aux sportifs locaux.

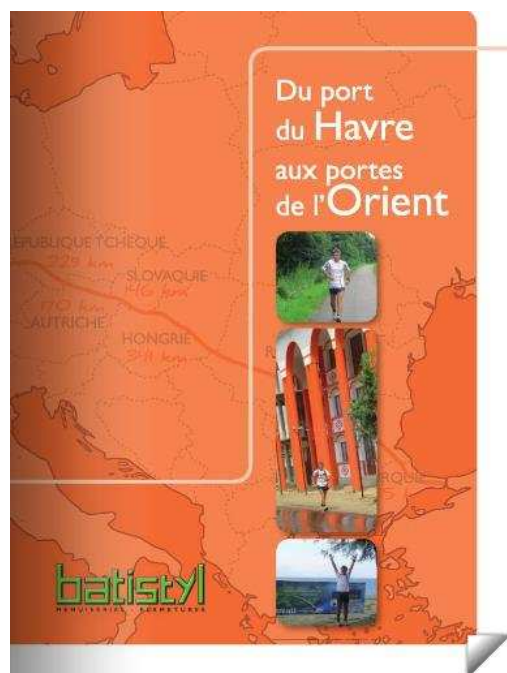
Palmarès sportif : rendez-vous le 16 juin - Honfleur

mercredi 26 mai 2010



Le mercredi 16 juin prochain au Gernier-à-sel, aura lieu la réception des sportifs, rendez-vous annuel de récompenses, sous la présidence cette année de Patrick Malandain, coureur longue distance. Le jury, composé d'élus locaux et de représentants de la presse locale, s'est réuni en mairie pour passer en revue la saison de la vingtaine de clubs que compte la ville. Médailles d'or, d'argent, de bronze, récompenses aux bénévoles, super prix, de nombreuses distinctions seront remises lors de cette soirée, qui sera animée par Jean-Jacques Bresson, comme l'a confirmé le maire adjoint en charge des sports, Raymond Destin. « **Le sport tient une place importante à Honfleur, qui est équipée en la matière comme une ville de 20 000 habitants. En cette année de rigueur budgétaire, l'heure était pour nous de lister les priorités à venir et aux études de faisabilité, avec des réalisations à l'horizon 2012. Il n'y a pas d'urgence en la matière** », a expliqué l'élus.

20 Janvier 2010 Mon périple en image avec BATISTYL (ci dessous le lien)



<http://publication.eco-catalogue.pro/doc/batistyl/du-port-du-havre-aux-portes-de-l-orient/2010011801/>

15 janvier 2010 Présence aux voeux de la mairie de Montivilliers, et récompense aux sportifs méritants



BULLETIN MUNICIPAL DE MONTIVILLIERS DE DECEMBRE



23 octobre : cross de l'école Victor Hugo au stade Jules Tauvel en compagnie de Patrick Malandain

14 et 15 novembre, parrain du semi-marathon du Havre






Mardi 03 Novem

🏠
MONDE | FRANCE | SPORTS | RÉGIONS | MA COMMUNE | DOSSIERS

AU FIL DE L'INFO

Honfleur

10:41 - dimanche 01 novembre 2009

Patrick Malandain, le coureur de l'ultra, parraine le 3e semi-marathon de Normandie

Le troisième semi-marathon de Normandie s'est trouvé un sacré parrain en matière de course à pied. Patrick Malandain est ce qu'on appelle un coureur de l'ultra, un des garçons pour qui un semi-marathon est à peine un échauffement. Jugez plutôt : Patrick Malandain a couru de Montvilliers à Istanbul, soit 3 320 km en cinquante-trois jours en solitaire, traversant au passage la France, l'Allemagne, la République Tchèque, l'Autriche, la Slovaquie, la Hongrie, la Roumanie, la Bulgarie et la Turquie. Et comme l'Europe ne suffit pas à son bonheur, le Haute-Normand va se lancer à la conquête de l'Amérique en 2011. Il se lancera dans la Transamerica, un raid de 5 150 km en 70 jours ! <http://patrun.top-forum.net>

samedi 24 octobre, Patrick avec Serge Girard lors de l'étape LE HAVRE - COQUAINVILLIERS 75,6km en 10h36



Patrick Malandain a parcouru en juin et juillet dernier 3320km en 53 jours entre le Havre et Istanbul avec Fabienne son épouse et aujourd'hui il accompagnera Serge sur l'intégralité de l'étape. Les « 2 men in Black » partagent sans doute leur expérience, discutent et échangent avant de commencer à accuser la fatigue après le pont de Normandie en remontant sur le plateau, la montre Garmin affiche 1942m de dénivelé positif, la Normandie certes n'est pas montagneuse mais elle est vallonnée c'est sûr !

le 15 novembre PARRAIN DU SEMI MARATHON DE NORMANDIE



Association du
Marathon de Normandie

Accueil

Accueil . Programme . Parcours . Règlement
Récompenses . Inscription . Résultats 2008 . Partenaires . Association .

Dimanche 15 Novembre 2009

Le parrain de la troisième Edition du Semi Marathon

Patrick MALANDAIN
Coureur de l'Ultra

Montivilliers-Le Havre-Istanbul en courant : 3320 kilomètres en 53 jours , en solitaire

Neuf pays traversés : France, Allemagne, République Tchèque, Autriche, Slovaquie, Hongrie, Roumanie, Bulgarie, Turquie

Une envie de courir , un défi personnel , une volonté dans la réalisation d'un objectif ,un dépassement de soi, physique, mental et à l'arrivée une immense joie , celle d'avoir réussi , mais aussi un peu de nostalgie avec la fin d'une belle aventureet l'envie de recommencer !

Un nouvel objectif : La **TRANSAMERICA** en Juin 2011, 5150 kms en 70 Jours !

Le 29 septembre CONFERENCE A L'ECOLE LOUISE MICHEL AVEC LES CLASSES CM1 ET CM2



le 27 septembre accueil de Madame MORO CONSUL DE FRANCE A ISTANBUL, DE MR MORO ET LA CONFRERIE DES GOUSTEVINS A LA "GARE" A MONTIVILLIERS





le 24 septembre CONFERENCE A LA MAISON DE L'ENFANCE DE MONTIVILLIERS





Le 16 septembre CONFERENCE CHEZ BATISTYL A ST JEAN DE LA NEUVILLE ENTOURE DE MES CLIENTS



Lundi 14 Septembre VERNISSAGE DE L'EXPOSITION PHOTOS A LA "GARE" MONTIVILLIERS



Remise de la médaille de la ville de Montvilliers, par Mr Daniel Petit, maire de la ville, de Mme Galais Pascale adjointe au sport, et Mr Bellière Gilles 1er adjoint



Un public attentif



Autour du cocktail

Samedi 12 et Dimanche 13 Septembre présence au VITAL SPORT DECATHLON MONTIVILLIERS





En compagnie des élus de Montivilliers et du directeur de Décathlon Montivilliers



Stand OMS

Judi 4 juin, une équipe de télévision de FRANCE 3 BAIE DE SEINE est venue tourner un reportage sur Patrick, la diffusion est prévue pour le vendredi 5 juin aux infos régionales à partir de 18h30

Mercredi 3 juin interview RADIO HIT OUEST par Marc Bouche

Mardi 2 juin, remise de l'équipement sportif par Monsieur Jean Baptiste Burel, gérant de AVANTAGE SPORT à Montivilliers.



Lundi 1 juin interview RADIO RESONNANCE FM par Gilles Antoine[/color]

Samedi 30 main interview RADIO FRANCE BLEUE hte Normandie par Simon Colboc
Fabienne se prête au jeu des questions réponses



[color=yellow]Jeudi 28 mai interview OUEST RADIO par Annie Guinhut

Mardi 26 mai, l'équipe de DECORPEINT s'affaire autour du camping car



Radio Vallée de la Lézarde

Le 18 Avril, Patrick à été l'invité de la radio RVL à Epouville de 15 heures à 16 heures pour évoquer en direct son périple, il a répondu sans concession à toutes les questions de Cyril Michel, qui a proposé à patrick dès son retour un nouveau rdv afin d' informer les auditeurs sur sa réalisation.

Parrainage

Le 14 Avril, Patrick a rencontré les élèves de la classe de CM1 de Mr Patrick Guard de l'école Louise Michel de Montvilliers.

Patrick a répondu bien volontier aux questions des enfants. cela s'est passé dans une ambiance conviviale avec des élèves très intéressés sur le périple, une projection de la traversée 2007 "Montvilliers - Agen" à été diffusée.

Un rendez vous régulier via ce forum, permettra aux enfants de prendre des nouvelles du coureur, qui viendra exposer son périple lors de son retour. [img] [/img]

Actualités

Sujets similaires

- » [Actualité] Groupe PSA Peugeot-Citroën
- » > Oh la vilaine *histoire !!! Courte mais bonne et ... d'actualité !!!
- » [Actualité] Alliance Renault-Nissan
- » Actualité autour des Buell
- » Actualité pro B

TRANS-AMERICA FOOTRACE à partir du 19 juin 2011.....3220 MILES

Sujets Messages

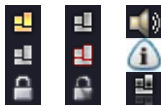
Derniers Messages



Laissez vos messages ici

Sujets	Réponses	Auteur	Vues	Derniers Messages
 Annonce: Site officiel de la course	0	Patrun	1054	le Mer 8 Juin - 22:29
 Post-it: Présentation Vidéo	0	Patrun	465	le Mar 8 Fév - 23:55
 Post-it: 26 Articles de presse + VIDEO	0	Patrun	651	le Sam 25 Déc - 12:49
 Post-it: Liens Sponsors	0	Patrun	677	le Lun 15 Nov - 18:03
 Post-it: DOSSIER SPONSORING	0	Patrun	1032	le Mer 12 Mai - 18:45
 REMERCIEMENTS et APRES COURSE	1	Patrun	133	le Mer 14 Sep - 21:15
 D 70 The finish line - photos + VIDEOS	5	Patrun	515	le Mer 31 Aoû - 20:11
 Résultat rapide Patrick	5	Patrun	274	le Dim 28 Aoû - 17:59
 D 67 68 69	2	Patrun	203	le Sam 27 Aoû - 8:43
 D 66	3	Patrun	315	le Jeu 25 Aoû - 7:16
 D 65	1	Patrun	168	le Mar 23 Aoû - 9:17
 D 64	1	Patrun	140	le Lun 22 Aoû - 7:13
 D 63	3	Patrun	153	le Dim 21 Aoû - 12:09
 D 62	1	Patrun	156	le Sam 20 Aoû - 11:08
 D 61	2	Patrun	131	le Ven 19 Aoû - 16:07
 D 60	2	Patrun	121	le Jeu 18 Aoû - 12:31
 D 59	0	Patrun	115	le Mar 16 Aoû - 22:22
 D 58	1	Patrun	124	le Mar 16 Aoû - 17:57
 D 57	1	Patrun	119	le Lun 15 Aoû - 16:10
 D 56	1	Patrun	116	le Dim 14 Aoû - 7:34
 D 55	1	Patrun	123	le Sam 13 Aoû - 12:56
 D 54	1	Patrun	112	le Ven 12 Aoû - 10:59
 D 53	2	Patrun	129	le Jeu 11 Aoû - 20:44
 D 52	0	Patrun	129	le Mer 10 Aoû - 1:35
 D 49	2	Patrun	139	le Mar 9 Aoû - 17:52
 D 51	1	Patrun	129	le Mar 9 Aoû - 8:52
 D 50	0	Patrun	103	le Lun 8 Aoû - 21:42
 D 48	1	Patrun	165	le Lun 8 Aoû - 13:10
 D 46 + VIDEO	3	Patrun	230	le Ven 5 Aoû - 18:01
 D 47	1	Patrun	116	le Ven 5 Aoû - 13:21
 D 45	1	Patrun	127	le Mer 3 Aoû - 17:37
 D 44	1	Patrun	126	le Mar 2 Aoû - 9:52
 D 43	0	Patrun	120	le Dim 31 Juil - 23:20
 D 42	1	Patrun	133	le Dim 31 Juil - 9:07

	D 41	2	Patrun	135	le Sam 30 Juil - 13:43
	D 40	1	Patrun	134	le Ven 29 Juil - 12:44
	D 39	2	Patrun	139	le Jeu 28 Juil - 18:07
	D 38	2	Patrun	135	le Mer 27 Juil - 17:21
	D 37	1	Patrun	133	le Mar 26 Juil - 10:25
	D 36	0	Patrun	116	le Lun 25 Juil - 22:15
	D 35	0	Patrun	105	le Lun 25 Juil - 22:12
	Dinanche 24 : mi-course, 2600 km, 36 jours !!!	0	Gilles	181	le Dim 24 Juil - 6:07
	D 34	2	Patrun	147	le Sam 23 Juil - 17:50
	D 33	0	Patrun	134	le Sam 23 Juil - 2:33
	D 32	2	Patrun	218	le Ven 22 Juil - 18:19
	D 31	0	Patrun	94	le Jeu 21 Juil - 3:22
	D 30	0	Patrun	121	le Jeu 21 Juil - 3:21
	D 29	0	Patrun	95	le Jeu 21 Juil - 3:19
	D 28	1	Patrun	170	le Dim 17 Juil - 7:58
	D 27	1	Patrun	153	le Sam 16 Juil - 18:34
	D 26	1	Patrun	186	le Sam 16 Juil - 18:30



[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

TRANS-AMERICA FOOTRACE à partir du 19 juin 2011.....3220 MILES

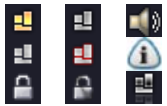
Sujets Messages

Derniers Messages



Laissez vos messages ici

Sujets	Réponses	Auteur	Vues	Derniers Messages
 Annonce: Site officiel de la course	0	Patrun	1054	le Mer 8 Juin - 22:29
 D 25	1	Patrun	172	le Jeu 14 Juil - 8:56
 D 24	0	Patrun	108	le Jeu 14 Juil - 3:12
 D 23	4	Patrun	179	le Mar 12 Juil - 22:00
 D 22	1	Patrun	133	le Lun 11 Juil - 18:21
 D 21	1	Patrun	133	le Dim 10 Juil - 9:03
 D 20	0	Patrun	118	le Dim 10 Juil - 3:17
 D 19	1	Patrun	128	le Sam 9 Juil - 18:15
 D 18	1	Patrun	132	le Jeu 7 Juil - 7:27
 D 17	0	Patrun	118	le Jeu 7 Juil - 3:15
 D 16	2	Patrun	139	le Mer 6 Juil - 21:18
 D 15	1	Patrun	152	le Lun 4 Juil - 16:49
 D 14	0	Patrun	100	le Dim 3 Juil - 23:30
 D 13	1	Patrun	161	le Sam 2 Juil - 19:37
 D 12	2	Patrun	173	le Ven 1 Juil - 14:22
 D 11	0	Patrun	120	le Ven 1 Juil - 1:49
 D 9	1	Patrun	160	le Jeu 30 Juin - 1:35
 D 10	1	Patrun	142	le Mer 29 Juin - 11:22
 D 8	3	Patrun	197	le Mar 28 Juin - 12:25
 D 7	0	Patrun	129	le Lun 27 Juin - 4:51
 D6	0	Patrun	124	le Lun 27 Juin - 4:28
 D5 Ludlow Amboy	2	Patrun	177	le Sam 25 Juin - 17:39
 D4 Barstow Ludlow	0	Patrun	129	le Sam 25 Juin - 4:42
 D3 Hespéria-Barstow	1	Patrun	182	le Mer 22 Juin - 12:15
 D2 Norco Hespéria	1	Patrun	190	le Mar 21 Juin - 17:08
 D 1	1	Patrun	221	le Lun 20 Juin - 18:00
 J-1	0	Patrun	127	le Sam 18 Juin - 22:22
 j-2	0	Patrun	135	le Sam 18 Juin - 6:00
 J-3	0	Patrun	106	le Ven 17 Juin - 17:26
 J-4	0	Patrun	148	le Jeu 16 Juin - 16:10
 J-5	0	Patrun	120	le Mer 15 Juin - 17:35
 J-6	1	Patrun	143	le Mar 14 Juin - 17:29
 J-7	1	Patrun	129	le Lun 13 Juin - 21:18
 J-8	1	Patrun	162	le Sam 11 Juin - 13:28



[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

26 Articles de presse + VIDEO

Auteur	Message
--------	---------

Patrun Sujet: 26 Articles de presse + VIDEO Sam 25 Déc - 12:49

FR3 NORMANDIE MAI 2011

PRESSE HAVRAISE 7 SEPTEMBRE 2011

COURSE PEDESTRE. Trans America

On fait quoi maintenant ?

De retour de la Trans America, une traversée d'Ouest en Est des Etats-Unis où il s'est classé deuxième, Patrick Malandain, même encore endolori, est sur un nuage. Un nouveau raid illumine déjà ses rêves.

Souriant malgré une démarche un peu bancal, Patrick Malandain est aux anges. « Ce sont les restes d'une pubalgie qui m'a rendu la fin de course difficile. Cependant, même si c'était un pari un peu audacieux, l'objectif a été atteint et c'est bien là l'essentiel », explique le Montivillon. La douleur ne trahit pas le bonheur de l'athlète qui a réalisé un véritable exploit dans cette traversée des Etats-Unis de Los Angeles à New York (5 200 km).

Dans le rythme dès le 6e jour

« Ce n'était pas évident car c'est quand tout va bien que surviennent les ennuis, ajoute-t-il. A la fin de la première semaine de course, quand on lit le road book et qu'on voit ce qu'il reste à faire, ça peut effrayer. Mais l'envie prend le dessus. » Certes. Mais cette aventure fut bien différente de son raid entre Le Havre et Istanbul (3 320 km) qui constituait jusque-là sa référence depuis 2009. « Peut-être que le corps était mieux préparé pour encasser le rythme et la souffrance d'une telle aventure, explique le Montivillon, ravi d'avoir bouclé le périple. Mais là, je me suis tout de suite bien senti dans l'allure. Dès le sixième jour, libéré de tous les soucis musculaires et gastriques, je n'avais plus aucune souffrance et je pouvais courir à mon rythme. » Un quotidien, initialement basé sur 73 kilomètres de course qui a finalement été échelonné par des étapes de 55 à 80 kilomètres avec départ à cinq heures du matin, à l'issue duquel notre coureur d'ultra grand fond a perdu la bagatelle de dix kilos (63,5 kg au départ et 54,7 kg à



Ça y est, l'aventure est finie, Patrick Malandain est arrivé au milieu des gratte-ciels à New York après 5200 kilomètres de course

un moral qui a été conforté par les bonnes places obtenues dès le départ. « En terminant quatrième dès le premier jour et plusieurs fois deuxième les jours suivants, ça renforce naturellement le moral et les ambitions pour atteindre l'objectif », dit-il. Pourtant, même si la traversée des déserts de Mojave et de l'Oklahoma offrait des paysages aussi variés que différents et nouveaux, la chaleur n'a pas épargné les souffrances de la quinzaine de concurrents qui ont dû s'accommoder des températures atteignant parfois 50° avec 90 % d'humidité dans l'Oklahoma. Ce qui obligeait le coureur à absorber chaque jour huit à dix litres d'eau et grignoter des produits sucrés en fin d'étape.

Retour sur terre

Seule la fin de parcours, dans cette course « où la recherche est permanente pour améliorer la vitesse », fut particulièrement difficile pour Patrick Malandain. « Si j'ai eu une petite alerte musculaire, heureusement sans conséquence, en voulant forcer l'allure par gourmandise le 12e jour, détaille-t-il, c'est au 62e jour de course que ça s'est vraiment compliqué. J'ai eu un gros pro-

que j'ai su que c'était une pubalgie. J'avais tellement de mal à marcher que ça me rendait les départs difficiles. En six jours, mon avance sur le troisième est passée de 25 heures à 33 minutes. A deux jours de l'arrivée, deux coureurs français, dont Serge Girard, m'ont accompagné pendant vingt-sept kilomètres. Ce jour-là, je suis parti à 5 heures du matin pour rentrer à 22 h 30. Ce n'est qu'en passant le Washington Bridge avant l'arrivée sur Manhattan que j'ai su que j'avais toujours 33 minutes d'avance sur le troisième. Toutefois, dans ce périple où l'entrée dans New York a été vécue comme un vrai retour sur terre, le classement devient presque anecdotique. »

Autant de souffrances endurées et de régions traversées que Patrick Malandain n'arrive toujours pas à oublier. « Je suis admiratif devant le mélange de richesse et de pauvreté rencontré dans cette superbe aventure parfaitement organisée. Je retiens aussi la grande solidarité entre les coureurs, l'accueil et le respect des gens, et les magnifiques paysages visités comme le nouveau Mexique, l'Illinois ou l'Ohio », commente le Montivillon qui, loin des rares excès dans une course

LE COURRIER CAUCHOIS 9 SEPTEMBRE 2011

LE COURRIER CAUCHOIS VENDREDI 9 SEPTEMBRE 2011

SPORTS MAGAZINE

COURSE PÉDESTRE

Transamerica Los Angeles - New York

L'exploit de Patrick Malandain

Il l'a fait ! Comme nous l'évoquions dans notre édition précédente, le Montivillien Patrick Malandain a rallié Los Angeles à New York, soit 5.200 km, après 70 jours de course. Parti le 19 juin de Californie, il est arrivé à Manhattan samedi 27 août. Comme si ça ne lui suffisait pas de finir cette Transamerica, il s'est classé deuxième sur huit "finisher". Six athlètes avaient abandonné ou ont été disqualifiés. De retour chez lui jeudi 1^{er} septembre, il nous a reçus, boitant bas et amaigri (il a perdu 10 kg), samedi dernier avant de se rendre à la mairie de Montivilliers où il était attendu par le maire pour être félicité.

Le Courrier Cauchois : Comment on ressort d'une telle épreuve ?

Patrick Malandain : Je ne suis pas encore remis physiquement et mentalement. Je suis encore là-bas. En plus, je me suis blessé aux adducteurs à cinq jours de l'arrivée. Ça a donné du piment à la course pour la seconde place que j'occupais depuis le deuxième jour de course. J'aurai préféré m'en passer et finir en meilleure état. Le soir même, je ne pouvais plus poser le pied à terre. Je ne dormais plus.

Mais le matin, après avoir pris des anti-inflammatoires et chauffé la zone douloureuse, je repartais.

« Une obsession »

C.C. : Combien aviez-vous d'avance sur votre poursuivant ?

P.M. : Le 65^e jour de course, j'avais 25 heures d'avance sur l'Italien qui me suivait. Au départ de la 70^e et dernière étape allant à New York, je n'avais plus que 3 h 30 d'avance. Je suis parti en marchant. L'organisation avait prévu

des départs décalés (comme pour un contre-la-montre). Je suis parti avec les plus lents à cause de ma blessure. Je courais à 4 km/h. Mon poursuivant est parti deux heures après moi.

Il m'a rattrapé et m'a dépassé au 27^e kilomètre de cette étape, qui n'en comptait que 56, en me laissant sur place. Je ne sais pas pourquoi et comment mais tout doucement je me suis mis à courir. Je ne voulais pas perdre ma deuxième place. Au pont de Washington Bridge, il ne me restait plus que 30 minutes d'avance. Ça m'a transcendé. J'ai traversé Manhattan, où était l'ouragan Irène. Les rues étaient désertes. C'était un peu surréaliste. J'ai réussi à sauver ma deuxième place. Je termine derrière l'Allemand Rainer Koch. Deuxième depuis le deuxième jour, je ne voulais pas la perdre le dernier jour de course. C'était devenu une obsession.

« Mon premier podium »

C.C. : Lorsque vous êtes parti, votre seule ambition était de finir cette Transamerica. A quel moment aviez-vous songé au classement général ?

P.M. : Très tôt. La première étape, je me classe 4^e. Le deuxième jour,

2^e sans forcer en courant à 8,5 km/h. Le troisième jour, je termine une nouvelle fois 2^e et je suis toujours 2^e au général. A ce moment, je me dis que ce n'est plus du hasard. J'ai alors pensé au classement général.

Cette deuxième place est une victoire pour moi. C'est mon premier podium toutes courses confondues. Ça valait vraiment le coup d'avoir patienter aussi longtemps (sourire).

C.C. : Avez-vous eu le temps de profiter de tout votre périple ?

P.M. : Ça a été une belle course jusqu'au 65^e jour. Avant, je m'ai pas ressenti beaucoup de difficulté. J'ai eu des moments de détente. Des fois, l'Italien, qui était 3^e, courait avec moi. Comme il ne gagnait pas de temps sur moi, on prenait le temps de prendre des photos insolites avec des panneaux, des paysages, des commerces... A un moment, on a même décollé un veau qui avait sa tête coincée dans un grillage. Il y avait une vraie amitié entre les coureurs.

On a passé des moments inoubliables avec mon épouse Fabienne, ma crew (assistante) que je remercie. Avec notre petit CV, nous les Normands avons plutôt bien géré la course. En plus, les quinze derniers jours, des amis et notre fils nous ont rejoints.



Patrick Malandain, vidé à son arrivée à New York, a tout donné malgré une blessure pour finir 2^e du classement

C.C. : Après plusieurs périples dans toute la France, Montivilliers - Istanbul il y a deux ans et Los Angeles - New York cette année, avez-vous un nouveau projet ?

P.M. : (sourire) Pendant la course, j'ai pensé à des bribes de projet. Mais rien n'est défini. Je ne peux pas en dire davantage. De toute façon, ce ne sera pas avant deux ans. Il faut un an pour se remettre d'une course comme celle-ci et un an pour préparer une autre.

■ INTERVIEW RÉALISÉE PAR MARC AUBAULT



Le Montivillien a couru 5.200 km à travers les États-Unis

PRESSE HAVRAISE 7 SEPTEMBRE 2011

MONTIVILLIERS. Patrick Maladain a été reçu en mairie après sa traversée des Etats-Unis.

Les honneurs de la ville

Samedi matin, Patrick Malandain et son épouse ont été reçus dans les salons de l'hôtel de ville par la municipalité.

La Ville de Montivilliers a en effet souhaité mettre à l'honneur le sportif de l'extrême qu'elle a soutenu dès le début dans son

projet fou de traverser les Etats-Unis en courant.

Le maire, Daniel Petit, a rappelé les chiffres de ce record : 70 jours de course, plus de 5 000 km parcourus en un peu moins de 630 h. Arrivé deuxième de l'épreuve, Patrick Malandain a tenu à remercier la Ville et les supporters, son épouse toujours aux petits soins et « tout particulièrement Serge Girard, organisateur de la course. C'est en l'observant que j'ai appris. C'est mon ami, mon mentor, je lui dois beaucoup. C'est notamment grâce à son soutien que j'ai pu finir la course ».



Patrick et Fabienne Malandain ont reçu les félicitations des élus

Presse Havraise le 7/09/2011

PRESSE HAVRAISE 3 SEPTEMBRE 2011

Samedi 3 septembre 2011

Grand Havre

MONTIVILLIERS. Patrick Malandain a traversé les Etats-Unis en courant.

Le rêve américain



Le Montivillon est le dauphin de l'épreuve

C'est un véritable exploit qu'ont réalisé les participants de la course à pied Los Angeles-New York. Partis de Californie le 19 juin, les sportifs, dont le Montivillon Patrick Malandain, ont franchi la ligne d'arrivée le 27 août.

Un temps menacée par l'ouragan Irène, la dernière étape a conclu une semaine passée par le Maryland et la Pennsylvanie. Malgré la fatigue et les blessures, c'est à une formidable deuxième

place que le Normand a achevé son parcours.

C'est donc dans la souffrance lors des quatre derniers jours et sous une pluie battante que Patrick Malandain a laissé éclater sa joie et a pu vivre un grand moment d'émotion en tombant dans les bras de son entourage.

Le Montivillon aura donc parcouru au total 5 157 km en 70 jours de course, avec un temps de 629 heures, 58 minutes et 22 secondes.

LE COURRIER CAUCHOIS 2 SEPTEMBRE 2011

Trans America (Los Angeles - New York)

Patrick Malandain au bout de l'exploit

Le courrier cachois
2/09/2010

Existe-t-il encore, au programme des paris les plus fous, une épreuve susceptible de répondre aux aspirations du coureur montivillon de l'extrême ? C'est certainement la question que se poseront ceux et celles, et ils sont nombreux, qui suivent les performances de Patrick Malandain et en particulier la dernière en date : la traversée des États-Unis en courant.

Parti de Los Angeles le 19 juin dernier dans le cadre de la Trans America Footrace, en compagnie de concurrents venus de tous les coins de la planète, ce quinquagénaire a une fois de plus forcé l'admiration de ses compatriotes mais également des foules massées le long d'un parcours de 5.200 km menant le peloton de ces stakhanovistes du macadam jusqu'à New York.

Après avoir affronté avec une belle envie le désert du Mojave, les longues routes d'Oklahoma, d'Arizona inondées d'un soleil tor-



Un champion marqué par son exploit

ride, l'athlète montivillon a rallié samedi dernier la Grosse Pomme, s'adjugeant une extraordinaire seconde place. Et s'il terminait littéralement sur les rotules cette folle épopée américaine, nul doute qu'il se trouve déjà dans son esprit les germes d'une prochaine aventure !


MONTIVILLIERS SITE 27 AOUT 2011


Montvilliers - C'est ma Ville - Windows Internet Explorer

http://www.ville-montvilliers.fr/index.php?mod=1&cat=50&ray=98&num=487


Edition Affichage Favoris Outils ?

Ville de Montvilliers - C'est ma Ville





 Hôtel de Ville
 Place François Mitterrand
 76290 - Montvilliers
 Tél. : 02 35 30 28 15
 Fax : 02 35 30 96 47
 contact@ville-montvilliers.fr

Mentions légales
 Newsletter



Arrivée de la Trans-America
 Arrivée New-York de Patrick Malandain !
 Après avoir rallié Montvilliers à Istanbul en courant durant l'été 2009, Patrick Malandain a relevé un nouveau défi en traversant les Etats-Unis en courant !
 C'est après avoir parcouru 5 200 km entre Los Angeles et New-York, que Patrick a terminé 2^{ème} au classement de cette course mythique, samedi 27 août 2011 !
 Félicitations pour ce beau parcours !



READINGEAGLE 25 AOUT 2011

5:30 in the morning: Time for another 40 or 50 miles

more news
from this area
>>>

David Mekeel
Reading Eagle

+ MORE



27 likes. Sign up to see what your friends like.

The thought of running 40 or 50 miles in one day probably would seem crazy to most people.

Doing that every day for more than two months? Well, that's just completely ludicrous.

But that's exactly what a group of European and Japanese ultramarathon runners are doing, traversing the United States in the LA-NY Footrace 2011. Wednesday, the group ran through Berks County on its way to the finish line in New York City.

A total of 16 racers - 14 runners, one bicyclist and one person riding a kick bike, a cross between a bicycle and an old-fashioned scooter - started the trek from Los Angeles on June 19, said Laure Magnan, race director. The race cuts through 14 states and spans 3,200 miles.

It is sponsored by the UltraRunning Association, a French organization.

Although the running portion of the event is actually a race, Magnan said, the only prize is pride.

"It's just for the pleasure of winning," she said.

As of Wednesday, only eight of the runners were still in the race, Magnan said. Most of the others were still running, she said, but they had been disqualified from the official standings either for dropping out in an earlier stage or not completing a stage fast enough.

Magnan said Wednesday was the 68th day of the 70-day race, adding that the racers hit the 3,000-mile mark Tuesday.

my | | | | + More



- Pennsylvania German Society
- Messersmith William J Dmd
- Berkeigh Travel Services, Inc.

[+] Enlarge. (3 pictures) - Buy This Photo



Reading Eagle: Susan L. Angstadt + MORE

Patrick Malandain, center, leads Gérard Bavato of France, left, and Mathurin Malandain, Patrick's son, as they approach the Campus Inn south of Kutztown for a good night's sleep. Only Patrick Malandain is still running in the race across the U.S.

PRESSE HAVRAISE 24 AOUT 2011

MONTVILLIERS. Patrick Malandain traverse les Etats-Unis d'ouest en est dans le cadre de la « Trans-America Footrace ».

Déjà 4 000 km parcourus

Partis le 19 juin dernier de Los Angeles, les participants de la « Trans-America Footrace » sont attendus sur la ligne d'arrivée de New York le samedi 27 août.

Deux caps importants ont été franchis par le Montivillon Patrick Malandain et les autres coureurs. Cette semaine, la caravane a passé les caps des 4 000 km et des soixante jours de course. L'Indiana et un passage par Indianapolis ont été au menu avant d'atteindre l'Ohio.

Ainsi, il reste ne plus que quelques jours aux participants pour toucher au but. Sur la côte est, les sportifs de l'extrême boucleront ainsi un périple de 5 200 km en soixante-dix jours.

Plus d'infos sur le blog de Patrick Malandain <http://patrun.top-forum.net> ou sur le site internet de la course <http://www.lanyfootrace.com>



Il reste encore 1 200 km à parcourir

PRESSE HAVRAISE 10 AOUT 2011

MONTIVILLIERS. Patrick Malandain relie Los Angeles à New York en courant.

La barre des 3 000 km !



Patrick Malandain a battu son record personnel

Le 19 juin dernier, les concurrents de la *Trans-America Footrace* prenaient le départ de la mythique course pédestre à Los Angeles. En début de semaine, il ne restait plus que vingt jours de course pour que les participants touchent au but, à savoir New York, le 27 août prochain. A l'arrivée sur la côte Est, le Mon-

tivillon Patrick Malandain et les autres coureurs auront ainsi bouclé un périple de 5 200 km de course en 70 jours. La semaine écoulée aura été symbolique à plus d'un titre pour ces sportifs de l'extrême. En effet, les coureurs ont franchi le cap des 3 000 km mais surtout celui des 2 000 miles lors de l'étape du 46e jour. A

cette occasion, Patrick Malandain a battu son record personnel de distance, soit 3 230 km. Cet ancien record tenait sur son périple Le Havre/Istanbul. Le 48e jour, les coureurs ont enfin franchi le Mississippi pour entrer dans l'Etat de l'Illinois. L'arrivée se rapproche pas à pas.

Plus d'infos sur <http://patrun.top-forum.net>

COUNTRYNEWSLIVE 8 AOUT 2011

across the globe, including Germany, England, France, Italy, the Netherlands, Japan, and one runner from the U.S.

To read more about the LA-NY Footrace 2011, [click here](#).

BELOW: A very friendly Patrick Malandain, from France, stopped to pose for a photo and chat



JOURNEYMAN ILLINOIS 7 AOUT 2011

IN BRIEF

Illinois officials react to U.S. credit downgrade

CHICAGO (AP) — Illinois officials say the downgrading of the United States' credit rating is a "wake-up call" for lawmakers in Washington.

They're reacting to the decision Friday by the credit agency Standard & Poor's to downgrade the country's credit rating for the first time in history, down one notch from AAA to AA-plus.

Republican Congressmen July Biggert and Joe Walsh say the move highlights the need for lawmakers to cut spending and borrowing.

Democratic U.S. Sen. Dick Durbin is calling for an end to what he calls "partisan gamesmanship."

Republican state Treasurer Dan Rutherford says the reduced federal credit rating has the potential to sink the state's rating.

'Mom and Me' camp

Journeyman



Patrick Malandain, of France, checks his time Saturday morning while running along Old Illinois 36 toward Jacksonville. Malandain is one of 21 runners competing in the Los Angeles-New York 2011 Footrace, which challenges competitors to complete the 3,220 mile journey in 70 days.

Jessica Corrao/PHOTO THUNDER

Undecided or no opinion: 0%

Total votes: 27

Results are not scientific. Polls change around 8 p.m.

NEXT QUESTION

Do you believe a 12-person legislative committee can find sufficient ways to cut the federal budget by the end of the year?

Results published here Wednesday. Vote at www.myjournalcourier.com.

DAILY UPDATE SUNDAY

- **WOODLAWN FARM OPEN FOR TOURS**, 1-4 p.m. at Woodlawn Farm, 1463 Gierke Lane.
- **"FOOTLOOSE,"** 2 p.m. at Sophie Leschin Theatre, 1201 S. Main St. Adults,

PRESSE HAVRAISE 1 AOUT 2011

MONTIVILLIERS. Patrick Malandain traverse les Etats-Unis en courant.

Arrivée à New York dans un mois

La course à pied Los Angeles - New York va bon train. Les concurrents ont atteint cette semaine la mi-course, soit 2 600 km en 36 jours. Pour l'anecdote, l'itinéraire leur a permis de traverser Barnsdall, le village de Clark Gable. Sur le trajet de l'étape Oolagah-Big Cabin, chaque coureur a pu se recueillir devant la statue d'Andy Payne, vainqueur de la première édition de la Trans-América en 1928. Sur la mythique route 66, les Américains font preuve d'un grand sens de l'hospitalité. « *Devant un petit musée, dans une ancienne station service, les propriétaires, apprenant que nous passions, avaient préparé des rafraîchissements* », expliquent Patrick Malandain et son épouse. « *Les coureurs ont signé des autographes !* ». La 39e étape a vu les participants et les organisateurs quitter l'Oklahoma, traverser le Kansas sur 14 km et atteindre le Missouri. « *C'est une étape très marquante. Nous avons traversé la ville de Joplin, dont une partie a été dévastée par des tornades en mai dernier. Ce fut un mo-*



Patrick Malandain admirant la statue d'Andy Payne, premier vainqueur de la course en 1928

ment d'émotion intense, qui nous a perturbés un peu. A la sortie de la ville, des ouvriers travaillaient sur un immense chantier, à l'installation de mobil-homes pour reloger la population. » Lors de cette étape, sous près de 40°, tout le groupe a souhaité à Patrick Malandain un joyeux anniversaire. A cette occasion, les coureurs lui ont offert un livre d'une grande valeur, le récit véridique de la première Trans-America. L'organisation lui a, de son côté, remis un cadre avec des photos de cette édition.

Plus d'infos sur <http://patrun.top-forum.net/>

ULTRA FONDUS JUILLET 2011

ÉTATS-UNIS

Gros écrémage sur la LANY

Enfin des nouvelles depuis le départ, le 19 juin, de Los Angeles. Sans grosse surprise, c'est l'Allemand Rainer Koch qui impose son rythme : le vainqueur de quasiment toutes les courses par étapes auxquelles il prend part a, au 31 juillet (43e étape), plus de 46 heures d'avance sur le Français Patrick Malandain et 20 de plus sur l'Italien Italo Orru... difficile à ces comptes de ne pas le voir en tête jusqu'au 27 août à New York City.

Cette course de durée a vu le nombre de concurrents chuter dès la première semaine ; sur quatorze au premier jour, ils n'étaient plus que 10 au départ de la 6e étape et ils le sont encore fin juillet. Les conditions climatiques sévères des premières étapes auront prélevé leur quota de coureurs, mais la plupart revient sur les étapes suivantes, hors classement.

Calme en apparence, cette course est pleine de péripéties, aventures et dangers... La chaleur donc, les campements parfois

sommaires, les routes à forte circulation... Nous vous conseillons la lecture assidue des résumés d'étapes de Gérard Bavato sur son site pour en profiter pleinement.

Côté français, sur les quatre au départ, on déplore un abandon très rapide (1e étape), celui de Philippe Grizard, qui a subi de plein fouet la chaleur, des erreurs de parcours, et des problèmes de crampes. Gérard Bavato a suivi quelques jours plus tard (8e étape) suite à des problèmes de pieds blessés et infectés : direction l'hôpital avant de revenir sur la course, comme Philippe, en mode Off. Serge Girard, parti sur de bonnes bases pendant une vingtaine de jours, peine à son tour à la fin du mois de juillet, et flirte certaines journées avec les barrières horaires. Enfin Patrick Malandain mène parfaitement sa barque pour le moment et se maintient en 2e position au classement.

- Infos au quotidien sur <http://www.lanyfootrace.com/>
- Le site de Gérard : <http://bavato.fr>

PRESSE HAVRAISE 23 JUILLET 2011

LA VIE EN IMAGES



MONTIVILLIERS

Bonjour l'Oklahoma !

Le 19 juin dernier, les concurrents de la Transamerica Footrace prenaient le départ de la mythique course pédestre à Los Angeles. Un mois plus tard, les sportifs ont franchi une étape importante. « Nous avons connu une journée annoncée difficile par les organisateurs, une montée comparée à l'Alpe d'Huez », expliquent le coureur Patrick Malandain et son épouse. « Nous sommes montés à 2 700 m, point culminant de la course. Nous avons longé le Rio Grande, dans un paysage magnifique ». La semaine passée, les sportifs ont franchi le millier de premier mile soit 1 600 km environ et gagné l'Oklahoma. Patrick Malandain conserve sa deuxième place au classement général. L'arrivée est prévue à New York le 27 août. Plus d'infos sur <http://patrun.top-forum.net>

PRESSE HAVRAISE 21 JUILLET 2011

traverse les Etats-Unis en courant.

Presse Havraise

Passage au Nouveau Mexique

Partis le 19 juin dernier, les participants de la course pédestre Los Angeles-New York doivent toucher au but le 27 août prochain. Au total, 5 200 km de course en soixante-

dix jours leurs sont proposés. Après avoir traversé la Californie et le Nevada, les coureurs ont quitté l'Arizona pour le Nouveau Mexique et un tout autre paysage de roches. Le côté pittoresque de

l'épreuve s'impose à leurs yeux. En traversant la ville de Window Rock, les athlètes doivent ainsi écarter des chèvres qui broutent le long de la quatre voies. C'est aussi l'occasion de découvrir lors du repos le cœur de la culture touristique indienne Navajo. Le parcours devient montagneux avec beaucoup de côtes. Malgré plusieurs douleurs, amplifiées par la difficulté du parcours, les participants découvrent un paysage magnifique. « Même si la pluie nous rattrape en début d'après-midi, un peu comme tous les jours depuis une semaine, des ondées orageuses passent dans l'après-midi, puis le soleil revient avec parfois du vent le soir », explique l'entourage de Patrick Malandain. Plus d'infos sur <http://patrun.top-forum.net/et> <http://www.lanyfootrace.com/>



Le Montivillon (à gauche) est toujours second au classement général

NORTHWESTERN 20 JUILLET 2011

LA-NY Footrace runners make an overnight stop at Northwestern

July 20, 2011

Eight runners are taking time to rest in Coronado Hall at Northwestern Oklahoma State University after running 47.5 miles from Buffalo as part of a 3,200 mile footrace from Los Angeles to New York.

The LA-NY Footrace is a 70-stage footrace where runners complete approximately 46 miles per day between Los Angeles and New York City from June 19 to Aug. 27. This is the ninth race since 1928.

Runners experience the climate and various conditions of 14 states beginning in California through Arizona, New Mexico, Oklahoma, Kansas, Missouri, Illinois, Indiana, Ohio, West Virginia, Pennsylvania, Maryland, New Jersey and ending in New York.

Currently, there are eight participants still running for the LA-NY Footrace title. Of the 14 who began the race there was a female runner (who had the support of a biker) and a 69 year old kick biker.

On a hot northwest Oklahoma afternoon, with temperatures well into the 100s, three runners took comfort in the cool air of the Coronado Hall lobby. Rainer Koch of Germany, Patrick Malandain of France and Italo Orrú from Italy explained their experience thus far of the LA-NY Footrace and how they prepared for such a strenuous run.

Explaining preparations for a run of this nature is a complicated task as it can only be determined individually. Overall, the men agreed that a runner has more difficulty planning for the heat.

"Everything before a race is preparation for another," Koch said.

"I collect experiences and use them to get through the conditions."

Koch also said a runner must read about various climates, talk to others and most importantly, try what works for the runner individually.



The LA-NY Footrace, a 70-stage footrace where runners complete approximately 46 miles per day between Los Angeles and New York City, stopped at Northwestern on Wednesday so runners could rest, relax and rehydrate. This race takes place from June 19, to Aug. 27.



HARPPER COUNTY JOURNAL 20 JUILLET 2011



P.O. Box 289 • Buffalo, Oklahoma 73834
hcbuffalo@pldi.net

WEDNESDAY, JULY 20, 2011

HARPER COUNTY JOURNAL
VOLUME 111, ISSUE 27

COMMUNITY EVENTS CALENDAR

- July 27**
B911 meeting, 10am, Fairgrounds
- August 1-3**
Buffalo Public Schools Enrollment
- August 8**
Buffalo School Board of Education Meeting, 7:30pm
- August 13**
Annual Garage Sale Day
- August 15**
First day of school
- August 21**
Old Settler's Picnic
- August 21**
Annual Lion's Club Team Roping
- September 2**
Big Cajun Shindig, Celebration Park
- September 10**
Harper County Fair
- September 17**
Buffalo Wing Cook-Off & BBQ Competition
- September 17**
Buffalo Poker Run
- Sept. 30-Oct. 1**
Annual Homecoming Celebrations
- October**

Governor Fallin Bans Outdoor Burning in 45 Oklahoma Counties, Including Harper County

Governor Mary Fallin has issued an Executive Proclamation effective July 14, 2011 banning outdoor burning in 45 counties. According to this proclamation, by order of Oklahoma Governor Mary Fallin, all outdoor burning, combustible materials and ignition sources are banned in the following Counties: Alfalfa, Beaver, Beckham, Blaine, Caddo, Canadian, Carter, Cimarron, Cleveland, Coal, Comanche, Cotton, Custer, Dewey, Ellis, Garfield, Garvin, Grady, Grant, Greer, Harmon, Harper, Hughes, Jackson, Jefferson, Johnston, Kingfisher, Kiowa, Logan, Love, Major, Marshall, McClain, Murray, Oklahoma, Pottawatomie, Pontotoc, Fortwarrner, Roger, Mills, Seminole, Stephens, Texas, Tillman, Washita, Woods, Woodward



This map shows the Oklahoma counties affected by the Governor's burn ban.

Extreme fire conditions exist in these counties due to extraordinary drought. All conditions and exemptions are outlined by Oklahoma Forestry Services, a division of the Oklahoma Department of Agriculture, Food and Forestry, on its website: <http://www.forestryok.gov>

Failure to observe this ban may result in criminal prosecution under O.S. Title 2, Article 16 § 2b, punishable by a fine not to exceed \$1,000, imprisonment for not more than one year, or both.

The following guidelines are related to the Governor's ban on outdoor burning per Executive Proclamation. Nothing in these guidelines relieves an individual from responsibility for his or her actions. If the use of fire

to all of these situations:

1. Individuals are responsible for their actions and the results of their activities; and
2. Reasonable caution must be exercised with respect to the existing high fire danger and extra precautionary measures must be taken to prevent wildfires.

Guidelines and exemptions are outlined below. For more specific information, contact Oklahoma Forestry Services (405) 522-6138.

FOR EQUIPMENT RELATED TO ROAD CONSTRUCTION PROJECTS

Equipment which uses propane or other controlled-type burners is generally regarded as safe, however it would be prudent to have a water pumper on standby any time this equipment is used near a grassy right-of-way.

Other types of burners pose a higher risk, particularly if they are of open design or are burning while being transported. If a safety zone wider than the flame length is established, these burners are generally safe. If they are pulled onto a grassy

area, extreme caution is advised. Outdoor welding and cutting torch activities may continue under the following conditions:

1. When conducted over a non-combustible surface of at least 10 feet by 10 feet and when welding blankets or screens are used to cover flammable vegetation; and
2. Wind speeds must be less than 20 mph; and
3. A fire watch, other than the welder, is posted at the welding/cutting torch site with pressurized water or fire extinguisher.

FOR OILFIELD/LANDFILL ACTIVITIES

Gas vents and flares associated with the extraction of oil and gas or the refining of oil and gas (or other manufacturing processes or landfill operations) are generally considered exempt from the ban as long as the top of the vent pipe is raised well above the surrounding vegetation.

Sludge pits are covered under the ban and should not be burned while it is in effect.

STORM AND LAND CLEARING DEBRIS

LA-NY Footrace 2011 Made Its Way Through Buffalo



LA-NY runners Italo Orru of Italy, Patrick Malandain of France, and Gerard Banato of France pose with the Buffalo in front of the Harper County Journal on their way through Buffalo.

Leslie Ernest
Harper County Journal

On Tuesday, July 19, the LA-NY Footrace 2011 made a stop in Buffalo during the 70 stage, 3200 mile run across North America from Los Angeles to New York. Runners ran through town to a designated "finish line" that was about four miles out of town and then they came back into town and spent the day and night in Buffalo. Runners spent Monday night in Lawrence.

The 15 International runners, kickbiker and cyclist began their trek on June 19 in Los Angeles, California and will finish on August 27 in New York. The race is organized by UltraRunning Association (URA), a French non-profit organization and includes Dutch, French, German, Italian, Japanese and UK runners, as well as men and women. The race runs through 14 states including California, Arizona, New Mexico, Oklahoma, Kansas, Missouri, Illinois,

Indiana, Ohio, West Virginia, Pennsylvania, Maryland, New Jersey and New York.

The LA-NY Footrace 2011 is the 9th footrace across America since the Transcontinental Footrace in 1928 which crossed America on Route 66. Andy Payne, a member of the Cherokee tribe and Oklahoma native, was winner of this 1st footrace across North America, which was organized to promote U.S. Route 66.

The creator of the LA-NY Footrace 2011 originally sought out to re-create the itinerary of the 1928 race, but quickly realized that this was not possible since much of Route 66 no longer exists. Race coordinators were forced to plan alternate routes that brought them as close to the original as possible.

The runners must maintain a minimum pace of 3.5 miles per hour for each stage to stay in the race. All stage times are averaged together at the end of the race and the fastest runner wins.

PRESSE HAVRAISE 23 JUILLET 2011

Un Montivillon dans une course aux USA

Partis le 19 juin dernier de Californie, les participants à la course transaméricaine Los Angeles/New York vont bon train. Leur objectif reste la côte Est des Etats-Unis au bout de 70 étapes et 3 200 miles. Lundi, un premier palier symbolique a été franchi. En ce 4 juillet, jour de fête nationale américaine, le premier millier de kilomètres parcouru a été franchi en 15 jours en vue d'Indian Wells.

Le Montivillon Patrick Malandain mène bon train et reste un abonné vaillant et régulier à la seconde place à chaque étape. Avec son compatriote et ami Serge Girard, 3e au général, les arrivées



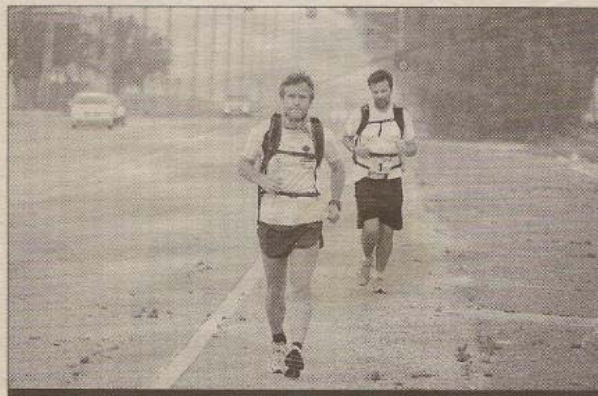
pratiquement *mano a mano* sont régulières, derrière l'infatigable allemand Rainer Koch.

PRESSE HAVRAISE 23 JUIN 2011

MONTIVILLIERS. Nouveau défi pour Patrick Malandain. Il traverse actuellement les Etats-Unis en courant.

Déjà une semaine de route

Le 19 juin, le coureur de l'extrême Patrick Malandain s'est lancé dans un nouveau défi. En soixante-dix jours, le Montivillon doit relier Los Angeles à New York, soit près de 5 200 km dans le cadre de la 7e édition de la Trans-America. Si la première étape a essentiellement été parcourue dans un décor urbain, les suivantes ont, au fur et à mesure, apporté leurs premiers lots de difficultés. C'est ainsi sous 33° qu'ont été abordées la mythique Route 66 et les premières montées. Les journées suivantes ont également été marquées par de grosses températures et d'internables lignes droites. « *Les journées sont dures et le matin revient vite* », explique l'épouse de Patrick Malandain. « *Il arrive souvent que des gens nous demandent ce que nous faisons, et la dernière question est "why ?". Les membres de l'orga-*



Patrick Malandain avale les kilomètres

nisation sont vraiment aux petits soins pour les coureurs et font le maximum pour assurer sécurité et bien-être, merci à eux. » Pour la 8e journée de 82,5 km, les coureurs ont vécu un circuit de montagne avec un grand col et une autre montée

sur la fin de l'étape. « *Les derniers kilomètres étaient longs, mais Patrick ne voulait rien lâcher. Il termine 2e du jour en 10 h 20.* » Le Montivillon est actuellement 2e au classement général.

Plus d'infos : <http://patrun.top-forum.net>

PRESSE HAVRAISE 12 JUIN 2011

COURSE PÉDESTRE. D'abord amateur d'épreuves régionales sur route, le Montivillain **Patrick Malandain** se passionne désormais pour les épreuves de grand fond. Après avoir rallié Le Havre à Istanbul en 2009, il se lance aujourd'hui dans la Trans America, une traversée d'ouest en est des Etats-Unis. Départ le 19 juin pour 5200 kilomètres afin de rallier Los Angeles à New York en soixante-dix jours.

Patrick Malandain n'est pas quelqu'un qui recule devant la tâche. Plus que l'effort solitaire, c'est surtout la course par étapes qui semble lui plaire. Surtout depuis qu'il a croisé un certain Serge Girard, spécialiste des raids individuels. L'appétit vient en mangeant, et les distances augmentent avec la faim. Comment êtes-vous venu à la course pédestre ?

■ **Patrick Malandain :** « J'ai commencé à faire du sport quand j'étais jeune. Mais pas de manière assidue, juste un peu de cross, du foot, du vélo, les 6 heures YTT du Havre... J'aime aussi le rugby. C'est vers la trinitaire que je me suis réellement lancé dans les épreuves sur route. En 2006, j'ai participé aux 24 heures de Grainville-Ymauville, à la Corrida de Caucrainville. J'ai aussi quelques chrono intéressants : 1 h 30 min au semi-marathon du pont de Normandie, 3 h 24 min au marathon de Paris. »

« Un sentiment de liberté et de bien-être »

Puis vous avez allongé les distances...

■ « Petit à petit, j'ai découvert l'ultra, c'est-à-dire la course sans repos. À l'époque où j'ai rencontré Serge Girard sur les courses de 24 heures. Je me suis donc lancé dans un autre style d'épreuves avec l'ambition d'en faire une chaque année. En 2007, j'ai rallié Le Havre à Agen, 771 km en 13 jours. L'année suivante, en mettant l'accent sur la progression du kilométrage journalier, j'ai fait Agen - Barcelone (540 km), les 24 heures de Grainville-Ymauville et je me suis classé 23^e des 100 km de Perpignan. En 2009, je réalise mon premier grand projet. Entre juin et août, avec la lo-



Patrick Malandain, ici de passage en Roumanie lors de sa dernière grande expédition entre Le Havre et Istanbul (3230 km)

« Se surpasser pour repousser ses limites »

BIO EXPRESS

PATRICK MALANDAIN

Né le 27 juillet 1960 à Montivilliers
1,65 m - 63 kg
Marié, trois enfants : Deborah (32 ans), Benoît (28 ans) et Matthieu (19 ans)

Technico-commercial en menuiserie

PERFORMANCES

2006 : participe aux 24 heures de Grainville-Ymauville, de la Corrida de Caucrainville (marche)
2004 : réalise un temps de 3 h 23 min au marathon de Paris
2007 : Le Havre - Agen (771 km) en 13 jours
2008 : Agen - Barcelone (540 km)
2009 : Le Havre - Istanbul (3230 km) en 53 jours
2010 : réalise un temps de 1 h 30 min au semi-marathon de Normandie

gistique nécessaire et un camping-car pour l'hébergement. Je fais Le Havre - Istanbul : 3230 km en 53 jours. Soit une moyenne de 61 km/jour. Malheureusement, au retour, je me blesse en faisant du bricolage à la maison, ce qui m'éloigne un peu de la course à pied.

Que ressentez-vous à travers la course à pied ?

■ « Un sentiment de liberté et de bien-être. Il y a une grosse volonté de se surpasser dans l'effort physique pour repousser ses limites et aller au fond de soi. C'est un défi à la fois physique et mental. »

Avez-vous chiffré votre distance déjà parcourue ?

■ « Aujourd'hui, j'ai deux vies de course à pied. Avant je ne comptais pas, mais depuis 2007, j'en suis à 19 800 kilomètres. »

En tout cas, votre blessure n'a pas étanché votre soif de courir...

■ « En fait, j'ai repris l'an dernier pour faire 271 km aux 2 jours de l'Ultra indoo d'Écreux, et j'ai fait un semi-marathon pour tester ma vitesse. J'ai terminé 2^e vétérans (12^e au scratch) des 6 heures de Gravigny et 9^e des 24 heures de Rennes avec 129,90 km. Mais j'en ai aussi profité pour préparer un

autre défi. Je pars du 19 juin (aujourd'hui) au 27 août pour effectuer la Trans America Los Angeles à New York, un périple de 5200 km à boucler en 70 jours en respectant le temps horaire qui est 5,5 km/h. Ça fait une moyenne de 71 kilomètres par jour pour traverser les Etats-Unis d'ouest

en est. Nous partons d'Hollywood en Californie pour prendre brièvement la célèbre Route 66 et traverser successivement le Nevada, l'Arizona, le New Mexico, l'Oklahoma, le Missouri, l'Illinois, l'Indiana, l'Ohio et la Pensylvanie pour arriver à New York dans le New Jersey. La première édition a eu lieu en 1928. Ce septième ou huitième rendez-vous est organisé par Serge Girard.

Comment se prépare-t-on pour réaliser un tel périple ?

■ « Au départ, il y a une grande part de volonté. Mais au fil des sorties, on est esclave de la distance. Il faut habituer le corps à l'effort continu. Personnellement, j'ai tendance à trop regarder le cadomètre. Le plus dur est de courir lentement sur un rythme de 9 km/h. »

Et concernant l'alimentation ?

■ « Il faut un menu très copieux le matin avec du miel, des amandes, des fruits, des yaourts, du riz, des céréales, du pain. Pendant la course, on prend des pâtes, des barres de céréales, des biscuits chocolatés, des fruits secs, du potage, un sandwich. Il faut se rafraîchir souvent. »

Qui gère l'assistance ?

■ « C'est Fabienne, ma femme, qui

s'occupe de tout : assistance, hébergement en motel, camping ou centre d'accueil. Tout est prévu avant de partir, les tenues vestimentaires, les chaussures... J'emporte vingt paires de chaussettes et sept paires de chaussures car j'en change tous les jours. Plus de la crème pour les ampoules. »

« On va avoir des températures autour de 50°C »

Que faut-il redouter dans cette aventure ?

■ « La chaleur. En début de course, on va avoir des températures autour de 50 °C. Donc il faudra bien s'hydrater et bien s'alimenter. À l'arrivée à Istanbul, j'avais perdu douze kilos. »

Qui d'autre participera à cette Trans America ?

■ « Il y a quatre Français, dont Serge Girard, quatre Japonais, deux Allemands, dont le vainqueur de la Trans Europe, un Britannique, deux Italiens et un Hollandais. »

PROPOS RECUEILLIS
PAR PATRICK GORBE

À suivre sur <http://patron.top-forum.net>

LE COURRIER CAUCHOIS 27 MAI 2011

Coureur à pied

Courrier cauchois 27 mai 2011

Patrick Malandain part traverser les États-Unis



Patrick Malandain (en vert à droite), près du maire

Toujours aussi sveltes et souriant, Patrick Malandain, coureur au long cours, s'est prêté avec une extrême gentillesse au protocole organisé par la ville de Montivilliers à l'occasion de son départ vers la Cité des anges.

En effet, celui qui s'est déjà illustré sur des défis comme le Montivilliers - Istanbul de l'été 2009, va participer à partir du 19 juin prochain à une traversée des États-Unis d'ouest en est (de Los Angeles à New York), soit

5.200 km.

Après deux années de "pause" au niveau aventure, ce presque quinquagénaire en pleine forme s'apprête à relever le défi de 70 jours de course à pied à raison de 73 km quotidiens par des températures variant au gré des états traversés (jusqu'à 50 degrés dans le désert du Mojave). Les longues lignes droites en Oklahoma, en Arizona, Illinois et autres Pennsylvanie ou New Jersey, s'avèreront également

des étapes certainement difficiles.

Afin de traverser au mieux cette épreuve et les onze états, Patrick Malandain n'a pas hésité à aligner de longues séances d'entraînement et c'est sur un prologue d'environ 12 km que le champion montivillien (accompagné d'une cinquantaine de personnes à pied, à vélo, en roller...) a symbolisé samedi le départ fictif de sa folle escapade.

HAVRE LIBRE 27 MAI 2011

HavreLibre le 27 mai 2011

16 Grand Havre

MONTIVILLIERS. Patrick Malandain va traverser les États-Unis d'ouest en est à l'occasion de la 7e course Trans America.

Juste un échauffement

Le coureur de l'extrême Patrick Malandain s'élancera le 19 juin de Los Angeles pour la 7e édition de la course Trans America. Pour gagner New York en traversant onze États, il devra parcourir 5 200 km en soixante-dix jours, soit une moyenne de 73 km par jour.

5 200 km de Los Angeles à New York

Le sportif a entamé samedi matin un prologue symbolique de près d'1 h 30, une grande boucle au départ de la gare de Montivilliers, accompagné de supporters, de ses sponsors et des élus de Montivilliers. La belle sortie de 12 km, passant par Harfleur-Beaulieu et Rouelles, fut partagée avec de nombreux cyclistes et coureurs.

12 km pour un petit prologue dans Montivilliers samedi

HAVRE LIBRE 21 MAI 2011

18 HAVRE LIBRE
21 mai 2011

Grand Havre

MONTVILLIERS. Le sportif de l'extrême a présenté au CFA BTP son projet de rallier Los Angeles à New York à pied.

Le rêve américain de Patrick

Le coureur de l'extrême Patrick Malandain, dans le cadre du soutien que lui apportent la Fédération française du BTP et la Ville de Montvilliers, est venu présenter au CFA BTP de la Belle-Etoile son projet de rallier en courant Los Angeles à New York cet été. « *La Trans America est une course mythique. C'est la 7e édition de cette épreuve créée en 1928* », explique le coureur.

5 200 kilomètres

« Cette nouvelle édition est organisée par Serge Girard, détenteur des records de traversée des cinq continents. Elle regroupera seize concurrents du monde entier, dont quatre Français. Le départ aura lieu le 19 juin. Nous partirons de Los Angeles pour New York en traversant onze Etats. Cela représente 5 200 km à parcourir en 70 jours, soit une moyenne de 73 km par jour. »

Intéressés et bluffés par l'exploit à tenter et ceux déjà réalisés par le sportif montvillonnais, les apprentis ont posé bon nombre de questions. Comment se préparait-il ? Suit-il un régime alimentaire spécifique ? Comment gère-



Les apprentis ont suivi avec intérêt l'exposé du sportif

t-il l'effort ? Rendez-vous pour un prologue symbolique de près d'une heure et demie de course,

aujourd'hui samedi 21 mai, à 10 h, au départ de la gare de Montvilliers.

Déjà un beau palmarès

Après s'être consacré à la course à pied de 1986 à 2006, Patrick Malandain s'est attaqué aux courses « ultra » (distance supérieure au marathon) en 2007. Depuis, il a parcouru près de 13 800 km, soit 327 marathons, et passé 1 400 h

sur la route. Son palmarès : 2007 : Le Havre/Agen (771 km) en 13 jours. 2008 : Agen/Barcelone (540 km) en 7 jours. 2009 : Le Havre/Istanbul (3 230 km) en 53 jours. Plus d'infos sur le site <http://patrun.top-forum.net>

BULLETIN MUNICIPAL DE MONTVILLIERS MAI 2011

...Un nouveau défi pour Patrick Malandain

Après avoir rallié en courant Montvilliers à Istanbul durant l'été 2009, le montvillon Patrick Malandain a décidé de relever un autre défi en juin prochain : la traversée des Etats-Unis en courant. Il s'agit cette fois-ci d'une compétition longue de 5200 km entre Los Angeles et New-York, départ prévu le 19 juin, arrivée prévue le 27 août 2011.

Deux ans de « repos » lui ont visiblement suffi. Patrick Malandain se prépare déjà à partir en juin prochain de Los Angeles pour rejoindre New-York, soit 5200 km en 70 jours, à une moyenne de 73 km au quotidien sans un seul jour de repos. La première Trans America a été organisée en 1928. Celle de 2011 sera seulement la 7^{ème} édition. Une quinzaine de coureurs de toutes nationalités sont en lice. « *J'avais entendu parlé de cette course avant même de prendre mon départ pour Istanbul mais je voulais rester concentré sur mon projet, mais je savais déjà que je repartirai* » explique Patrick Malandain.

Cette nouvelle épreuve plus longue sera bien plus délicate et difficile. Cette course est réputée la plus dure au monde, avec des températures avoisinant les 50°, la traversée du désert du Mojave, les longues lignes droites dans l'Oklahoma...en tout 11 états traversés.

Question entraînement, Patrick ne faiblit pas. Depuis sa préparation pour Istanbul, il n'a pas cessé de courir et totalise à ce jour près de 19000 km en 4 années d'entraînement, et participé à quelques courses.

En collaboration avec la ville de Montvilliers, un prologue est organisé le 21 mai prochain. Toutes les personnes désireuses d'accompagner Patrick Malandain sur une douzaine de kilomètres, en courant, à vélo ou en roller seront les bienvenues, des ravitaillements seront prévus.



Rendez-vous : samedi 21 mai à 10h devant la gare de Montvilliers pour le prologue

A partir du 19 juin, vous pourrez le suivre sur son blog : <http://patrun.top-forum.net> sur lequel seront postés les résumés de course au quotidien. Grâce à un boîtier de géolocalisation, chacun connaîtra sa position en directe, son kilométrage, son allure, sa pulsation cardiaque.

HAVRE LIBRE vendredi 4 février 2011

BATIMENT. La cérémonie des Casques d'Or s'est tenue au Gaumont. Les meilleurs élèves ont été récompensés.

Un partenariat avec le coureur

Un partenariat a été conclu entre BTP-CFA de Haute-Normandie et Patrick Malandain à l'occasion de son prochain périple aux USA. Invité d'honneur de la soirée, le coureur à pied va courir pendant soixante-dix jours au rythme quotidien de 70 km, entre Los Angeles et New York. « On a voulu créer un fil rouge avec les élèves des CFA pour qu'ils suivent mon évolution sur mon blog. Ils vont aussi travailler sur certains sujets. » Patrick Malandain a présenté son périple en dialoguant avec l'animateur de la soirée, des images projetées sur l'écran soulignant leurs propos.



Patrick Malandain a présenté son périple aux USA

LE COURRIER CAUCHOIS VENDREDI 17 DÉCEMBRE 2010

SPORTS MAGAZINE

COURSE PÉDESTRE Los Angeles - New York en juin 2011

Patrick Malandain remet ça

Après avoir rallié la Turquie durant l'été 2009, le Montivillonnais Patrick Malandain a décidé de relever un autre défi en juin prochain : courir la Trans America footrace. Cette course longue de 5.200 km entre Los Angeles et New York partira le 19 juin prochain. Arrivée prévue le 27 août.

Deux ans de "reps" lui ont visiblement suffi. Patrick Malandain, qui avait couru Le Havre - Istanbul en juin et juillet 2009, se prépare déjà à partir en juin prochain de Los Angeles pour rejoindre... New York, soit 5.200 km. La première Trans America entre LA et NY a été organisée en 1928. Celle de 2011 sera seulement la 7^e. Pour l'instant, une quinzaine de coureurs sont inscrits.

« Avant même de prendre la direction d'Istanbul, j'avais entendu parler de cette course trans americana. J'avais déjà une vague idée. Mais je voulais rester concentré sur mon défi. À mon retour, n'ayant pas eu de souci particulier, aucun incident durant mon périple, j'ai eu envie de replonger dedans. Je savais déjà que je repartrais ».

« La course sera cette fois-ci plus longue : 5.200 km contre 3.330 pour Le Havre - Istanbul. Les distances vont être par conséquent plus grandes. « 2.000 km de plus, ça ne m'étrangle pas. Je me souviens qu'arrivé à Istanbul je m'étais demandé pourquoi je m'arrêtais. Le

corps s'habitue. Lors de mon défi Montivilliers - Istanbul, je courais en moyenne 61 km par jour avec des pointes à 70 km. Lors de cette course, on va courir par jour en moyenne 72 km avec des pointes à 90 km. Les étapes sont déjà établies par l'organisation car c'est une course par étapes à élimination, il y a un temps maximum à respecter sous peine d'être éliminé. Nous serons en plus en pleine période estivale. On risque de courir sous de fortes chaleurs ». Il va traverser les Etats de Californie, Nevada, Arizona, Nouveau-Mexique, Oklahoma, Missouri, Illinois, Indiana, Ohio, Pennsylvanie et New Jersey.

« La grande course de Flanagan »

Pour ce qui est du décalage horaire, il ne le craint pas. « Ce sera une nouveauté pour moi. Lors de mon défi Montivilliers - Istanbul, j'ai eu une heure de décalage. Là, j'en aurai 5. Mais ce sera pour tout le monde pareil. Et on ne va pas le subir d'un seul coup comme

lorsqu'on prend un avion. Nous allons le ressentir progressivement ».

Pour s'imprégner de la course, il a lu le livre "La grande course de Flanagan" (Ndr : de Tom Mac Nab) « C'est un roman en rapport avec la Trans America de 1929. Ça donne une idée de ce qui nous attend ».

Il a déjà débuté son entraînement. Après avoir dû observer une longue pause de 5 mois en raison d'une entorse au genou, en tombant... de son escabeau alors qu'il était en train de bricoler, il a repris cet été. Durant ses vacances, il a rallié en 10 jours Saint-Malo à Rodez, soit 800 km. Et récemment, il a couru les 48 heures indoor d'Evreux. « C'était une première expérience en salle sur un parcours de 160 m. Sur 48 heures, j'ai dû dormir 2 heures. Nous étions 18 à courir et j'ai terminé 9^e en ayant couru 275 km ». D'ici avril, il souhaite courir deux autres épreuves dans le même style, un 24 ou un 48 heures.

« À partir du 1^{er} janvier, je vais courir 200 km par semaine. Ça fait



Patrick Malandain traversera les Etats-Unis en juin prochain

20 km par jour, en courant le soir ou en deux fois, 10 km le matin et 10 km le soir. Avec de longues sor-

ties le week-end de 80-90 km. Malin, je passerai à 100 km. Et je vais rajouter quelques séances de pis cins, même si je n'aime pas l'eau, pour éviter les traumatismes ».

Recherche de sponsors

Bien évidemment, participer à cette course à un prix. Le Montivillonnais cherche des partenaires pour l'aider à boucler son budget. Actuellement, il compte 25 % des 32.000 euros nécessaires. Pour son défi précédent, le budget s'élevait à 17.000 euros. L'inscription à la course (6.500 dollars) est le principal coût supplémentaire par rapport à son défi précédent. Inscription qui comprend : « les petits déjeuners, les ravitaillements dans la journée. Ainsi que la reconnaissance. Nous n'avons pas à gérer les itinéraires ».

« Et si le boucler pas son budget, que fera-t-il ? « Dans l'esprit, je suis parti. Je ne me fixe pas de date limite pour boucler ce budget. Je ne veux pas me prendre la tête avec ça. Pour que je ne parte pas, il faudrait un tremblement de terre ».

■ MARC AUBAULT

26 Articles de presse + VIDEO

Sujets similaires

- » Articles sur le COMMERCE INTERNATIONAL
- » articles presse, essais et comparatifs, pubs divers modeles
- » [Tignes]Tignes dans la presse
- » R16 TX à la plage ect...
- » presse régionale

Forum gratuit | phpBB | Forum gratuit d'entraide | Signaler un abus | Créer un forum

Liens Sponsors

Auteur**Message****Patrun**

Sujet: Liens Sponsors Lun 15 Nov - 18:03

Bricoman :

<http://www.bricoman.fr/>

Ville de Montivilliers :

<http://www.ville-montivilliers.fr/>

Le Havre Courses :

<http://www.havre-courses.fr/>

Clôtures de Seine

<http://www.clotures-de-seine-76.com/>

Décorpeint

<http://www.decorpeint.com/>

SNEP

<http://www.snep-france.com/>

Rev Home

<http://www.revhome.com/>

Ecole de musique Aalin Lemaire

<http://fr-fr.facebook.com/pages/Le-Havre-France/Ecole-de-musique-Alain-Le-Maire/151401317248>

Fédération Française du batiment Haute Normandie

www.ffbhn.ffbatiment.fr/

Liens Sponsors

Sujets similaires

- » liens pour toutes pieces austin mini(bon plan anglais)
- » Réduire la longueur des liens
- » Liens utiles LNAH
- » sponsors
- » Sponsors Caen

Forum gratuit | phpBB | Forum gratuit d'entraide | Signaler un abus | Créer un forum

DOSSIER SPONSORING

Auteur

Message

Patrun

Sujet: DOSSIER SPONSORING Mer 12 Mai - 18:45

TRANS AMERICA FOOTRACE

5200 Kilomètres en courant

Patrick Malandain



DOSSIER SPONSORING

Mail: malandain.pf@wanadoo.fr<http://patrun.top-forum.net>

TRANS AMERICA FOOTRACE

5200 Kilomètres en courant

PRESENTATION

**Los Angelès 19 Juin 2011, 8h00 du matin**

Départ en ligne pour la course d'endurance la plus prestigieuse et rare (7^{ème} édition) dont la 1^{ère} remonte à 1928, de la **TRANS AMERICA: Los Angelès - New York**, soit **5200 km en courant**, une aventure de **70 jours** à la moyenne de **73 km au quotidien**, sans un seul jour de repos. Cette épreuve internationale mettra en compétition des coureurs des 5 continents qui auront pour but de traverser d'Ouest en Est, de l'océan Pacifique à l'océan Atlantique les Etats Unis d'Amérique, avec des difficultés telles la traversée des déserts de Mojave, Painted, franchir les Rocky Mountains, affronter les interminables lignes droites à travers les plaines, lutter contre la chaleur, et contre le chrono... 11 états à traverser: Californie, Nevada, Arizona, Nouveau Mexique, Oklahoma, Missouri, Illinois, Indiana, Ohio, Pennsylvanie, New Jersey. Soit l'équivalent de **123 marathons**.

déjà 23 inscrits



Cette nouvelle édition est organisée par Serge Girard, détenteur des records de traversées des 5 continents



TRANS AMERICA FOOTRACE

5200 Kilomètres

QUELQUES CHIFFRES

5200 kilomètres
123 marathons
11 états traversés
73 km en moyenne au quotidien
plus petite étape: 47 km
plus grande étape: + de 90 km



Los Angeles



New York

11 étapes de + de 80 km
température de + 50°
entre 6 et 15 heures de course
au quotidien
+ 550 000 calories dépensées

environ 650 litres d'eau
2450 ravitaillements
6,5 millions de foulées
aucun jour de repos
10 paires de chaussures...



Depuis l'arrivée des pionniers sur le sol Américain jusqu'à nos jours, la traversée de ce continent reste un mythe...



Patrick Malandain
né le 27 juillet 1960 à Montivilliers (Seine Maritime)

Coureur longue distance

De 1986 à 2006 Patrick pratique la course à pieds et participe à diverses épreuves, du 10 km au marathon, notamment: Paris, Rotterdam, Lausanne, et prestigieux New-York.

En 2007, Patrick découvre la course à pieds nommée « ultra », course hors cadre, hors limite, la force de repousser ses propres limites physiques et mentales, un défi personnel pour reculer les frontières du possible. Il enchaîne plusieurs épreuves de 24 heures, 6 heures et 100km, mais Patrick en veut plus...

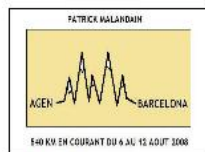
A partir de l'été 2007 Patrick se lance un premier défi en solitaire, ce sera **Le Havre-Agen, 771 km en 13 jours**, puis en 2008 **Agen-Barcelone, 540 km en 7 jours**, et 2009 le nec plus ultra: **Le Havre-Istanbul, 3230 km en 53 jours**, c'est trois défis réalisés chaque fois sans un jour de repos à des moyennes de plus 60 km/jour.

Cette fois en 2011 Patrick se lance un nouveau défi, la traversée des **Etats-Unis: Los Angeles-New York 3220 miles soit près de 5200 km en 70 jours à la moyenne de 73 km/jour** à la différence près qu'il s'agit d'une course en ligne. Départ prévu le 19 juin 2011 de Los Angelès.

Quelques chiffres depuis 2007: Patrick c'est: 13800 km de parcours soit 327 marathons, 80 à 130 km d'entraînement hebdomadaire, plus de 915000 calories dépensées, 1400 heures passées sur les routes.



le Havre-Agen



Agen-Barcelone



le Havre-Istanbul



RETOMBES MEDIATIQUES

- 42 articles de presse (voir tous les articles en annexe)
- 15 passages radios
- 3 reportages tv
- De nombreux partenaires
- Diverses conférences
- Expositions photographiques
- Honoré par la ville de Montvilliers
- Parrain d'une classe de cm1 cm2
- Parrain du Marathon du pont de Normandie
- Président d'honneur de la ville de Honfleur
- Réception au consulat de France en Turquie
- Edition d'un recueil du défi Le Havre-Istanbul



Exposition photos



Aux environs de Karnobat en Bulgarie



Recueil



Conférence

les médias



les partenaires



FICHE DE SYNTHÈSE

LA COURSE

Titre du projet: Trans-America Footrace (lany)

Objectif: Traversée des Etats-Unis d'Amérique, d'Ouest en Est en courant de Los Angeles à New York, 3220 miles soit 5200 km en 70 jours sans un jour de repos. Course en ligne

Gain à l'arrivée: 0 Euros

Responsable du projet: Serge Girard, record man de traversé des continents en courant <http://www.sergegirard.com/> lany11@orange.fr

Durée de l'épreuve: 70 jours: Du 19 juin au 25 août 2011

LE COUREUR

Engagé: Patrick Malandain
Né le 27 juillet 1960 à Montivilliers (Seine Maritime)

Mail: malandain.pf@wanadoo.fr
Blog: <http://patrun.top-forum.net/>

Activité et lieu: Technico-commercial (Haute Normandie)



2000 km en Hongrie



Assistance: Fabienne Malandain

Toujours à pied d'œuvre, omniprésente sur l'ensemble des périples: itinéraire, ravitaillements, massages, mise à jour au quotidien du site internet...



Supports médiatiques:
Résumés quotidiens via notre blog: <http://patrun.top-forum.net/>
et sergegirard@wanadoo.fr
Presse écrite
Presse spécialisée
Réalisation d'un film
Reportage photographique
Siglage de l'équipement, et véhicule



Budget total: environ 32000 euros

Inscription: 4320
Transport aérien: 2500
Location 4x4: 5800
Carburant: 1200
Hébergement / restauration: 4500
Equipement, running, maillots: 1600
Communication téléphone, site internet: 2000
Publicité: 1500
Divers, produits de soins, nourriture, pharmacie: 1000
Liste non exhaustive



Conférence



Intérêts pour un partenaire:Les moyens de communication:

La course sera relatée tous les jours via le site <http://patrun.top-forum.net/> avec des commentaires et des photos journalières. Un film de la course sera réalisé. Ces supports photos et vidéos permettent de mettre en valeur le ou les partenaires du coureur par le siglage de son équipement. Via les médias locaux et régionaux

L'image à développer au sein d'une entreprise, d'une institution:

Fédérer tous les collaborateurs appartenant aux groupes partenaires

- autour des notions de réussite, de performance liées à un objectif à atteindre au quotidien.
- autour de valeurs telles que le dépassement de soi, l'authenticité de l'effort. Seules les ressources profondes de l'individu peuvent lui permettre de réussir, l'esprit et le moral prennent les commandes du corps.
- autour du respect de l'environnement, c'est à pied que l'on prend conscience de la beauté de ce qui nous entoure mais aussi des nuisances liées aux diverses pollutions qui rendent l'environnement si fragile.
- autour de l'esprit d'équipe car même seul face à son défi, le soutien des autres est primordial. Il faut se sentir porté et soutenu pour donner le meilleur de soi-même et surtout ne jamais rien lâcher même dans les moments difficiles. Qui sommes nous sans la considération de notre entourage tant familial et amical que professionnel?

Pour conclure:

Le sport est générateur de toutes les vertus: équilibre entre la tête et le corps, bien être qui aide dans les états dépressifs, équilibre alimentaire et bienfait contre la surcharge pondérale, l'excès de cholestérol...

Le rêve n'est pas une utopie mais la visualisation de ce que vous pouvez réaliser. en définitive, les partenaires associeront à travers ce projet leurs images à d'authentiques valeurs humaines.



Comment faire partie de l'AVENTURE et soutenir Patrick ?

De plusieurs façons, celles-ci ne sont pas exhaustives. Vous pouvez faire des dons en fonction des différents 'packs' mentionnés ci-dessous, ou selon l'importance et l'investissement que vous estimez pour ce projet. Ce que souhaite Patrick, c'est porter les couleurs de toutes les personnes, organismes, entreprises, qui souhaitent faire de ce défi un élément conducteur, un fil rouge au sein de l'environnement de chacun. **Réveiller l'esprit de défi et de compétition par le biais d'une épreuve internationale peu commune qui est la traversée d'un continent en courant, tous derrière un même objectif et de pouvoir dire: nous, nous y étions!**



Pack GOLD: Logo de votre entreprise sur l'équipement du coureur (t-shirt), sur le véhicule d'assistance, sur notre site internet, et une mise en valeur supplémentaire de votre sigle sur une des étapes du périple (parrain de l'étape), votre logo également sur le panneau Sponsors lors des réunions médiatiques (conférences d'avant et d'après courses), votre logo aussi sur nos cartons d'autographes, invitations aux réceptions de pré-départ et d'après arrivée, remise de la vidéo de la course.

Pack SILVER: Logo (petite taille) de votre entreprise sur l'équipement du coureur (t-shirt), sur notre site internet, votre logo également sur le panneau Sponsors lors des réunions médiatiques (conférences d'avant et d'après courses), invitations aux réceptions de pré-départ et d'après arrivée, remise de la vidéo de la course.



Pack CHANCE: Participez au tirage au sort et gagnez une paire de chaussures de Patrick





« *La victoire sur soi est la plus grande des victoires* »
Platon



DOSSIER SPONSORING

Sujets similaires

- » [Sponsoring](#)
- » [Dossier sur le dopage](#)
- » [Dossier historique - Le Kreidler Florett TM](#)
- » [recherche d'aide pour dossier sponsoring](#)
- » [Dossier Sponsoring en ligne !!](#)

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

REMERCIEMENTS et APRES COURSE**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: REMERCIEMENTS et APRES COURSE Mer 14 Sep - 19:18

ON FAIT QUOI MAINTENANT ?

Merci à vous tous pour vos encouragements, aux amis, à la famille, aux nouvelles rencontres, aux partenaires, aux médias, à l'organisation, aux coureurs, aux accompagnateurs, je ne veux pas siter de nom afin de n'oublier personne, mais je pense bien à vous, à votre aide dans les moments délicats, à nos instants d'euphories. Cette fabuleuse aventure je vous la doit, merci encore.

J'ai la tête toujours dans la course, et le sommeil encore agité, j'ai perdu pratiquement 10 kg, question blessure je suis en convalescence à la fois touché aux adducteurs et une pubalgie bien présente, je suis en attente de passer une échographie, repos exigé, dommage courir me manque, enfin tout n'est que question de patience.

Je songe déjà à de nouveaux projets.

Pour l'heure le site est à jour, voir les rubriques D46 / D 70 / Articles de presse / Actualités

A bientôt

**Patrick****STEPHANIE76**

Sujet: Meci à toi Patrick!!! Mer 14 Sep - 21:15

Merci à toi Patrick et à Fabienne également!!!

Vous nous avez fait partager votre magnifique aventure, vous nous avez mis des rêves plein la tête et je

pense que vous avez convaincu bcp de personnes que tout est possible!!!

Amicalement

Stéphanie

REMERCIEMENTS et APRES COURSE

Sujets similaires

- » [Ma Grossesse, Mois après Mois !!!](#)
- » [Service Apres Vente / Garantie fabricant](#)
- » [Du mal a démarrer apres changement filtre à gasoil](#)
- » [\[205 d an 1992 \] probleme tremblement apres changement cardan \(résolu\)](#)
- » [Dax s'engorge et cale apres une acceleration !](#)

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

J-1

Auteur

Message

Patrun

Sujet: J-1 Sam 18 Juin - 22:22



Plus que quelques heures avant the D-Day,
le départ est prévu à 5h30 heure locale, c'est-à dire 14h30 chez nous, patrick se repose, car il faudra nous a -t-on dit dès le deuxième jour , jouer les "indiana Jones" dans les collines, la Jungle nous a dit Laure.
En ce qui concerne la première étape, rien que de la ville, mise à part un petit morceau de piste cyclable
A demain donc pour le début de l'aventure

J-1

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

j-2

Auteur

Message

Patrun

Sujet: j-2 Sam 18 Juin - 6:00

Huntington Beach vendredi 17 Juin à 15h00



Ca y est, la pression monte d'un cran... ;
après avoir répondu à un interview minute pour France Bleue, nous sommes partis pour le briefing
d'avant course, tout les participants ont reçu, dossards, ravitaillement pour 5 jours et recommandations

de l'organisation, demain sera un jour de concentration, nous réglerons les derniers détails avant le grand départ

j-2

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

J-3

Auteur

Message

Patrun

Sujet: J-3 Ven 17 Juin - 17:26



Aujourd'hui, nous sommes allés chercher la voiture de location, impressionnés par la taille du parc automobile, uniquement pour Avis, et ce n'est pas le seul loueur!!

Tout c'est bien passé , pour l'instant, c'est beaucoup plus pratique en voiture, même si les déplacements prennent quand même du temps, cela nous a permis d'aller jeter un coup d'oeil sur une vue presque d'ensemble de L.A.

J-3

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

J-4

Auteur

Message

Patrun

Sujet: J-4 Jeu 16 Juin - 16:10



Ce jour nous faisons un tour au centre ville, au milieu des buildings, qu'il n'y a pas ailleurs, du moins dans la partie que nous avons visitée, ou les habitations sont des maisons de plein pied ou un étage maxi.

En ce qui concerne le temps, nous ne souffrons pas, pour l'instant de la chaleur, les deux premiers jours le ciel était plutôt couvert avec des éclaircies dans l'après midi, mais pas une grosse chaleur, assez tout de même pour se promener en tee-shirt, aujourd'hui le soleil était présent, un peu plus chaud, difficile de juger de la température, modérée par un petit vent.

Patrick sent le Grand jour s'approcher à toute vitesse, la tête travaille un peu....

J-4

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

J-5

Auteur

Message

Patrun

Sujet: J-5 Mer 15 Juin - 17:35



[url] =http://www.servimg.com



/image_preview.php?i=548&u=11422951]

[/url]

après le footing quotidien, direction la plage, Manhattan beach, 1h de route en bus,
Pas si chaude l'eau... , mais la végétation et les résidences sont SUPERBES!

J-5

Forum gratuit | phpBB | Forum gratuit d'entraide | Signaler un abus | Créer un forum

J-6

Auteur

Message

Patrun

Sujet: J-6 Mar 14 Juin - 16:27



lundi 13 Juin,

Aujourd'hui, Patrick a couru ses premiers Km sur le sol Américain, tout sur la même Avenue, 10 dans un sens et autant pour revenir et il était loin de voir le bout de la route, que nous avons reprise en bus pour aller sur Sunset Boulevard il nous a fallu 1h30...

Mais nous avons pu apercevoir entre les immeubles les fameuses lettres d'Hollywood!

Avons utilisé notre très mauvais anglais lors de nos emplettes, et avons réussi à nous faire comprendre....un peu plus difficile dans l'autre sens

Le Loup

Sujet: suivi Mar 14 Juin - 17:29

Bonjour,

Je me suis permis de laisser un lien vers votre forum dans le cadre d'un suivi de la course sur kikourou.net (<http://www.kikourou.net/forum/viewtopic.php?f=19&t=22179&p=458152#p458152>).

Bonne récupération après le voyage et surtout belle aventure à vous !

J-6

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

J-7

Auteur

Message

Patrun

Sujet: J-7 Lun 13 Juin - 18:06



Ca y est nous sommes sur place, à Los Angeles, après une journée de voyage un peu longue, debout depuis 3h30 dimanche, arrivée à 23h pour la France ,mais seulement 13h sur place.....nous ne prolongerons pas la soirée!

Benoit

Sujet: Re: J-7 Lun 13 Juin - 21:18

Content d'avoir de vos nouvelles, profitaient bien de Los Angeles, grosses bises à vous 2!

J-7

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

J-8**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: J-8 Sam 11 Juin - 12:55

Samedi 11 juin 13h30

Dans 2h30 nous partons pour Orly, puis demain matin le grand départ pour Los Angelès.

Ca y est les valises sont faites.

**laurent**

Sujet: Re: J-8 Sam 11 Juin - 13:28

salut patrick

bon voyage et surtout bon courage pour ton periple a bientot pour les premieres nouvelles bises a
FABIENNE**J-8**[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 1

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 1 Lun 20 Juin - 0:25



Ca y est, le premier jour est bouclé: départ à 5h30 sur la plage de Huntigton Beach, il faisait presque jour, après une séance photos; les coureurs doivent s'arrêter à chaque feu et attendre le signal pour traverser, ce n'est pas toujours drôle, mais cela fait partie des règles;

Le temps est plutôt gris et chagrin ce matin, il ne fait pas très chaud et cela va durer jusqu'à presque 13h, et là, le soleil se lève et la température aussi, cependant il y a un petit vent qui tempère; Il y a un bon bout de pistes cyclables, et là pas de feu ou presque, avec pour paysage la nature un peu sauvage et juste à côté la "Freeway" que nous empruntons d'ailleurs avec la voiture sur quelques km.

Patrick arrive à 13h50 en 8h26 pour 73,5 km, avec la première petite douleur à la cheville, temps peut-être plus précis sur le site de la course , en 4ème position
Cela lui permet de se reposer dès l'arrivée d'autant plus que l'hotel se situe, pour aujourd'hui au même endroit.

fosa

Sujet: Re: D 1 Lun 20 Juin - 18:00

Well, dear, here you are, have a nice trip and good luck (pas besoin de traduction pour ça je présume)
grosses bises à vous deux Marie et Agnès

D 1

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D2 Norco Hespéria

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D2 Norco Hespéria Mar 21 Juin - 4:54



Ca y est, les choses sérieuses ont commencé, tout d'abord la soleil, qui s'est levé beaucoup plus tôt que d'habitude, vers 7h30, il faisait 75°F à 9h30 soit 23;8°C et plus de 90, soit 33 à 11h30; puis la route qui après un passage en ville s'est mise à monter, y compris la fameuse route 66 que nous avons emprunté sur 10 km en plein soleil, Patrick a besoin d'être rafraîchi assez souvent, puis deux parties de trail, l'une dans le lit d'une rivière, très peu d'eau . . . , l'autre dans le sable des collines, cela fut difficile, mais quels beaux paysages.

Malgré la chaleur Pat a tenu son petit bonhomme de chemin, et il a fini l'étape deuxième en 9h49 pour 78,8 km



l'arrivée à Hespéria dans un hôtel climatisé était un peu festive enfin pas pour tous car certains coureurs ont beaucoup peiné

fosa

Sujet: enfin dans le bain Mar 21 Juin - 17:08

le bain de sueur et de poussière bien sûr. l'arrivée dans un hôtel climatisé c'est bon pour la récupération et pour le moral je pense, mais faites attention aux angines et aux maux de ventre! c'est le bémol de la modernité.

D2 Norco Hespéria

Sujets similaires

- » [norco Muni](#)
- » [Norco 2011](#)
- » [Vend norco six one](#)
- » [Besoin d'aide par rapport a mon norco..](#)
- » [Vends Norco six DH](#)

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D3 Hespéria-Barstow

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D3 Hespéria-Barstow Mer 22 Juin - 4:23



[url]

=http://www.servimg.com



/image_preview.php?i=569&u=11422951]

[/url]



Nouvelle journée éprouvante, au départ de la course à 5h30 le soleil était déjà au RV, à 7h30 il fait déjà 70°F pour monter jusqu'à 105 en début d'après midi, à partir du 15ème kilomètre, plus de changement de direction, au moins on ne risque pas de se perdre sur les 60km de ligne droite (rte 66) dans une région désertique, pas d'ombre, très peu d'habitations et pas de feux Patrick démarre lentement, puis après s'être couvert des pieds à la tête pousse tranquillement,

enfin presque, son petit bonhomme de chemin.....

Les 15 derniers km sont un peu longs mais aux environs de 15h15 il franchit 2ème coureur la ligne d'arrivée, pas trop de bobos mais une grosse fatigue, heureusement, le fait d'arriver tôt lui permet de se reposer un peu plus, car il faut ensuite repartir pour l'étape suivante qui ne sera pas drôle non plus

fosa

Sujet: Tenir Mer 22 Juin - 12:15

Étant donné le parcours ce n'est pas la seule étape où Patrick aura besoin d'un super moral. Les grands espaces... Ce n'est pas toujours bien touristique. Courage

D3 Hespéria-Barstow

Sujets similaires

- » le jardin des Hespérides ? la grece antique sous vos yeux
- » Metalshop 16

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D4 Barstow Ludlow

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D4 Barstow Ludlow Sam 25 Juin - 4:42



D 4 Barstow- Ludlow

Dès le départ, le soleil est présent, 79°F, avec malgré tout une petite brise mais elle ne rafraichira pas longtemps, certains coureurs sont encore fatigués par l'étape de la veille, et aujourd'hui encore que de la ligne droite, la route longe la voie de chemin de fer ou passe des convois de containers d'une longueur impressionnante;

la température continue à monter, et la pause à BAGDAD CAFE est la bienvenue

11h30, il fait plus de 45°C, et cela commence à être très dur, l'étape d'aujourd'hui fait 81,9 km, à 12h30, Patrick se met à marcher, nous ne savons pas où se trouvent les autres, le mental descend

Patrick boit beaucoup, y compris des sodas coupés d'eau et se mouille très souvent

Une dizaine de km avant la fin James se rapproche et Pat pense qu'il ne pourra pas lutter nous avons appris entre temps qu'il était 2ème, mais la course est dure pour tous, 3 km avant la fin

Patrick accélère et finit l'étape 2ème pour la 3ème fois consécutives, et en 11h36'40 "

Il ne faut pas qu'il se fatigue trop vite, il faut tenir encore 66 jours il y a eu des abandons sur cette journée

D4 Barstow Ludlow

Sujets similaires

- » Ludlow Jr. Harris
- » JR Harris Out

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D5 Ludlow Amboy**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: D5 Ludlow Amboy Sam 25 Juin - 4:44

D5 Ludlow- Amboy

Ce petit village a accueilli la première trans-América pour un soir, mais aujourd'hui , c'est une région désertée, même s'il y a un petit motel....

L'étape d'aujourd'hui est plus courte, 45,6 km, pas forcément plus facile

lorsque nous sortons de la chambre à 5h10, nous sommes suffoqués par la chaleur que la nuit n'a pas évacuée.

Je m'aperçois qu'une roue de la voiture est crevée après que les coureurs soient partis, merci aux garçons de l'organisation qui m'ont aidé et à la solidarité qui se met aussitôt en place pour assister les coureurs, heureusement, il y a un garage à Ludlow

Je rejoins assez rapidement Patrick qui vomit sur le bord de la route, il a du mal à manger en courant, puis il repart pas trop vaillant lorsqu'il aperçoit devant lui Rainer le "dossard" jaune qui n'est pas bien non plus, du coup, il décide d'accélérer et avec de l'eau , des glaçons et une compote finit PREMIER aux environs de 11h.

Nous retournons à Ludlow et après un repas léger il se couche pour une sieste

Gilles

Sujet: Re: D5 Ludlow Amboy Sam 25 Juin - 6:49

Chapeau Patrick !!!

Tu nous impressionnes tous les jours d'avantage.

Merci Fabienne pour les résumés et les commentaires de chaque étape.

Bon courage pour la suite

Amicalement

Gilles

fosa

Sujet: Re: D5 Ludlow Amboy Sam 25 Juin - 17:39

Yes !... Tu es le meilleur, mais n'en fais pas trop quand même... On se demandait ce que tu devenais,
économise toi, la route est longue longue longue c'est un parcours de fous.

D5 Ludlow Amboy

Sujets similaires

- » Ludlow Jr. Harris
- » JR Harris Out

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D6

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D6 Lun 27 Juin - 4:28



D 6 Amboy- Fenner 64km

Patrick était un peu anxieux hier soir, les journées sont dures, et le matin revient vite

La 6ème étape débute avec un magnifique lever de soleil et de chaleur .

Comme j'attendais Patrick sur le bord de la route, 3 femmes dans une voiture ont fait demi-tour pour me demander si j'avais besoin d'aide...

Il arrive souvent que des gens nous demande ce que nous faisons, et la dernière question est why?

Italo le petit coureur Italien est en grande forme aujourd'hui , il passe Patrick en fin de matinée et ils arrivent respectivement 2è et 3è avec une demi_heure d'écart

Nous dormons à Needles, 60 km plus Loin car il n'y a rien sur place, il faudra se lever un peu plus tôt demain matin pour refaire la route

Ceci dit, personne ne rechigne pour se lever à 4 h car les heures de fraîcheurs sont toujours ça de pris

D6

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 7

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 7 Lun 27 Juin - 4:51



D 7 Fenner - Needles 63,7 km

Je ne sens pas une grande forme ce matin, c'est Pat qui le dit, dès le départ, Patrick est talonné par Alexandro et un Japonnais, j'ai un peu de mal avec leur prénom je crois qu'il s'appelle Bando, mais il ne tiendront que quelques miles et c'est Italo finalement qui remontera rejoindre Pat et ils vont jouer au yoyo toute la fin de parcours qui se termine par 10 km sur l'HWay, équivalent de nos autoroutes que nous avons l'autorisation d'emprunter afin d'éviter une piste de 14,7 km sans assistance possible et dangereuse du fait de la chaleur

A la sortie de cette route Pat et Italo se rejoignent pour finir ensemble à la deuxième place du jour. Les membres de l'organisation sont vraiment aux petits soins pour les coureurs et font le maximum pour assurer sécurité et bien être, merci à eux

D 7

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 8

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 8 Lun 27 Juin - 5:21



D 8 NEEDELS- KINGMAN

Cette journée démarre sur les chapeaux de roues, ce matin je n'ai pas entendu le réveil ou il n'a pas sonné , heureusement j'ai émergé à 4h45, soit une heure plus tard que d'habitude, Patrick qui n'en ai pas coutumié a dû se presser pour être sur la ligne de départ à 5h10
Inquiet à cause d'un problème urinaire, il part à petites foulées, puis vers le 15è km demande sa musique, celà lui redonne du courage et il "avale" d'un trait, sans prendre le temps de s'arrêter les 82,5 km de cette étape de montagne avec un grand col et une autre grimpette sur la fin de l'étape, les derniers km étaient longs, mais Patrick ne voulait rien lâcher , il termine 2ème du jour en 10h20
Il me dit ce soir qu'il est un peu fatigué

fosa

Sujet: Bonjour les gentils fous Lun 27 Juin - 6:55

Nous sommes bouche bée devant les messages de Fabienne, c'est tout bonnement incroyable ce que font les coureurs de cette course. Il faut un moral d'enfer, c'est bien le mot qui convient non? On vous suit comme un feuilleton de science fiction. Bises

jean-baptiste

Sujet: Re: D 8 Lun 27 Juin - 8:23

Je suis d'accord avec Fosa .. c'est clairement incroyable et j'attend chaque jours avec impatience des nouvelles !!

Bon courage a vous

Boujou

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

Gilles

Sujet: Re: D 8 Mar 28 Juin - 12:25

Vu dans la presse locale de ce jour (extrait)

Bon courage

Cordialement

Gilles

Déjà une semaine de route

Publié le mardi 28 juin 2011 à 08H00

Patrick Malandain avale les kilomètres

MONTIVILLIERS. Nouveau défi pour Patrick Malandain. Il traverse actuellement les Etats-Unis en courant.

D 8

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 9

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 9 Mer 29 Juin - 4:13



D 9 KINGMAN-TRUXTO

Aujourd'hui, retour de P. Grizard et de Jenny, mais nous noterons l'absence de Markus, arrivé bien trop tard hier au soir et donc en petite forme ce matin et de G. Bavatto, blessé aux pieds dès le début de l'étape d'hier ou des jours précédents et qui doit être au repos pour 2 jours .

Patrick quant à lui part avec un petit moral, bien que ses soucis semblent passés mais tout doucement la tête revient et il assure sur toute la route soit 68km , craignant surtout de se faire rattraper par Serge qui n'est pas loin derrière, il se plaint cette fois un peu de la chaleur.

Immergés dans ces gigantesques paysages de rochers et de montagnes, nous passons devant un Saloon typique, puis devant un magasin de souvenirs de la route 66, Patrick voudrait bien poser pour une photo avec un Cow-boy qui se trouve là avec chemise, chapeau etc , il lui demande en Anglais et le "cow-boy"lui répond sans problème en Français, il était de Strasbourg!

Il pose également avec une famille Américaine qui voulait savoir se que nous faisons
Arrivée en 8h38'37" en seconde position de coureurs car bien-sûr Peter en trottinette les devance toujours

jean-baptiste

Sujet: Re: D 9 Jeu 30 Juin - 1:35

Magnifique !!! plein de courage 😊

boujou

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

D 9

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 10

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 10 Mer 29 Juin - 4:37

D 10 TRUXTON-SELIGMAN 73,9 km



Aujourd'hui encore pas de problème de direction , c'est toujours tout droit.

Nous sommes sur cette route touristique qu'est la 66, avec des petits villages typiques et des boutiques de souvenirs, nous croisons aussi beaucoup de motos

Ce matin nous avons traversé une réserve Indienne, avec de grandes plaines au pied des montagnes et à

5h30, vous ne me croirez peut-être pas, nous avions un peu froid, il ne faisait que 65°F!
Patrick se sent un peu fatigué ce matin mais il avance à une bonne allure, mais Italo ou plutôt Oru , c'est son prénom, est lui en pleine forme, il passe Patrick au 30è km environ et lui prendra une dizaine de minutes.

Aujourd'hui, comme hier il y a beaucoup de vent mais la différence, c'est hier les coureurs l'avaient de dos et aujourd'hui, c'était un vent latéral avec de grosses bourrasques arrivées en troisième position

Nous ne pouvons répondre aux messages , parfois même nous ne pouvons nous connecter, camping ou petits motels de campagne et oui même aux USA, mais nous sommes toujours très heureux de vous lire

fosa

Sujet: Merci Mer 29 Juin - 11:22

Pour ces images et ces commentaires Fqbienne, bien sûr nous n'attendons aucune réponse.
Nous sommes juste là pour vous encourager. Je dis vous car ce ne doit pas toujours être facile de suivre en faisant l'assistance. Et puis à l'arrivée tu dois avoir du boulot pour l'aider à récupérer.
D'ailleurs c'est une des questions auxquelles tu pourras peut être répondre à votre retour. Comment se passe l'après arrivée?
Troisième, second, premier, est ce que cela a de l'importance? Cela doit juste un peu motiver les coureurs, et ainsi éviter les coups de cafard.
Bises à vous deux

D 10

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 11

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 11 Ven 1 Juil - 1:49



D 11 SELIGMAN- ASH FOK 49,6KM

Au départ ce matin seulement 68°F ce qui est confortable, pour aborder une nouvelle ligne droite qui n'est pas trop longue cette fois et qui fait place à un gentil petit col, les paysages changent et je vois plus d'arbustes et de pâturages avec des troupeaux de vaches. Patrick part ce matin un peu moins en train, mais il me dit ça tous les jours et finalement se met en route.

Comme tous les jours le vent se lève dans la matinée.

Aujourd'hui nous empruntons vraiment la très vieille route 66, qui se termine en cul de sac, elle est très très défoncée, les coureurs feront 7 km sur une piste, avant de rejoindre la route qui les mène à l'arrivée,

2ème coureur en 5h55', avant midi ce qui lui permet d'aller manger dans un petit "café" avant de faire une bonne sieste ;

Serge arrive 10 mn seulement après Patrick

Après une bonne sieste de 3 heures, Patrick retourne manger avant de se coucher à nouveau

D 11

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 12

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 12 Ven 1 Juil - 1:59



D 12 ASH FOK - WILLIAMS

63°F au départ ce matin avec une légère brise ;

Patrick me dit qu'il va faire "cool" aujourd'hui;

Markus est de retour ce matin et visiblement en forme, il caracolera en tête pendant un bon bout de temps, enfin quand je dis en tête, c'est après Rainer qui comme tous les jours est déjà loin devant dès le 4ème km

Aujourd'hui le parcours se fera essentiellement sur une piste forestière de montagne dans un cadre magnifique et serein , dommage que le vent se lève à nouveau, parfois face aux coureurs .

Patrick et Serge font pratiquement le parcours ensemble à une centaine de mètres l'un de l'autre et finirons tous les deux ces 48,8 km en 5h42"

Nouvelle après midi de repos pour attaquer une grande journée demain

Pour plus de photos et des vidéos RV sur le site de la course <http://www.lanyfootrace.com/>

jean-baptiste

Sujet: Re: D 12 Ven 1 Juil - 3:26

Merci pour le lien !

Ca doit rafraichir Patrick un peu de verdure par rapport a la route 66 . bonne continuation a vous dans ce periple !!!

boujou

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

fosa

Sujet: Les vidéos Ven 1 Juil - 14:22

Nous avons commencé à regarder les vidéos...

Vu d'ici, cela semble à la fois extrêmement difficile, mais l'ambiance à l'air bonne, on vous voit partir avec le sourire, enfin pas tous... Et pas tous les jours bien sûr !

Les organisateurs vous suivent de près et les ravitos sont copieux!

Il y a des moments émouvants aussi. c'est un véritable lien que nous avons grâce à ces vidéos. On comprend mieux les souffrances et la joie de finir l'étape. Bonne continuation.

D 12

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 13

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 13 Sam 2 Jul - 1:24





D 13 Williams - Flagstaff 65,1 km

Surprise au réveil ce matin, il faisait vraiment froid, 43°F soit env 7°C, il fallait mettre sa petite laine; mais le soleil s'est vite levé, et les coureurs se sont vite réchauffés .Patrick ne part pas vraiment détendu, l'esprit de compétition le taquine un peu ; Aujourd'hui encore de grandes parties de trail, plus ou moins faciles entrecoupées de morceaux de route goudronnées, parmi les sapins et les pâtures, les vaches ne sont pas farouches, elles ont un territoire immense et le fermier les dirige à cheval , le cow-boy, la route n'est pas toujours commode pour les véhicules non plus et aujourd'hui encore ils sont très très poussiéreux, il faut passer au "car-wash"

Patrick et Serge finissent une nouvelle fois ensemble, à la deuxième place, poussant même l'audace de se faire un petit km supplémentaire, pour constater qu'ils sont sur la bonne route .

L'équipe de Jenny et Aneke part demain, nous nous disons donc au revoir, peut-être à New York

fosa

Sujet: Sacré courage Sam 2 Juil - 19:37

Il n'y a plus de mots pour décrire ce que font ces coureurs. Dommage que les filles quittent la course. Avec les vidéos et les photos, on finit par connaître tout le monde et quand quelqu'un s'en va, il nous manque quelque chose. Dites leur qu'on les suivait avec plaisir comme Alex , Bando, mr Tanaka et tous les autres qui sont encore en course. Allez ! Allez ! Courage

D 13

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 14

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 14 Dim 3 Juil - 23:30



D 14 FLAGSTAF-BIRDSPRING 85,5 KM

Une longue étape aujourd'hui qui nous emmène un peu plus bas dans une plaine, plaine désertique, même si de place en place on voit quelques habitations

Brando prend le départ sur les chapeaux de roues, il est même devant Rainer, cela ne durera pas longtemps...;

Le paysage pourrait nous rappeler les volcans d'Auvergne en beaucoup plus sec et désert. Nous entrons dans la réserve indienne Navajo, il n'y a que la route principale, avec des clôtures de chaque côté et toutes les "entrées" sont des chemins.

Nous traversons un petit village où se tient une sorte de vide grenier, et où Patrick se fait traiter de "crazy" par un indien.

Peu après il rattrape et dépasse Italo qui ne reviendra pas;

Il arrive une nouvelle fois 2ème. IL faut changer d'heure

Nous dormons aujourd'hui dans un centre, club de senior et l'organisation se charge, très bien du repas, accueil sympa

D 14

[Forum gratuit](#) | [Sports et Passions](#) | [Athlétisme, Course, Marathon](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 15

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 15 Dim 3 Juil - 23:46



D 15 BIRDSRING-INDAIN WELLS

Etape un peu plus courte, 66,5 km seulement, du fait du changement d'heure, le départ se fait à la nuit, ce qui nous permet de profiter du lever de soleil sur le magnifique paysage que nous traversons . Patrick et Serge ou Serge et Patrick, se sera finalement Patrick devant serge d'une vingtaine de minutes, pas de grosses difficultés sur cette étape mais quand même quelques bonnes côtes qui nous

ramènent sur un plateau, et une bonne chaleur;
Dès l'arrivée, 13h30, Patrick se douche, mange des pâtes et se couche pour dormir, avec des boules
quies, car nous sommes hébergés dans une salle , indienne, ou il n'y a en guise de clim.. qu'un gros
ventilateur
Pas aussi confortable qu'hier

Gilles

Sujet: Re: D 15 Lun 4 Juil - 16:49

Chapeau bas, l' artiste !!!

C' est impressionnant.

Voici les 1000 premiers kilomètres dépassés dans des conditions très difficiles.

Ce qui est impressionnant, c' est ta régularité.

Une gestion de course surprenante, qui nous émerveille.

Bon courage pour la suite.

Amicalement

Gilles

D 15

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 16

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 16 Mar 5 Jul - 4:42



D 16 Indians Wells--Kinchilee

Après une soirée un peu mouvementée, tempête de sable et quelques grosses gouttes de pluie, la nuit de "camping" ne fut pas trop mauvaise.

Une nouvelle journée commence, pas trop chaude ce matin, 62°F, avec un nouveau lever de soleil sur le paysage .

Quelques inquiétudes pour l'organisation car il se peut que la piste que nous devons prendre pour éviter un axe dangereux, ne soit pas praticable à cause de la pluie; il y a déjà une portion de route ou, surveillés par la police, les coureurs doivent s'arrêter et se pousser dans l'herbe lorsqu'il passe une voiture (presque pas de bas côtés) mais aujourd'hui 4 juillet c'est un jour férié et il y a pas mal de circulation, les coureurs appelleront l'étape le "stop and go"; heureusement après une reconnaissance matinale, Laure nous annonce que nous pouvons prendre la piste, ce qui permet de souffler un peu pendant 17 km

Aujourd'hui, un peu de changement, ce n'est plus Patrick et Serge, mais Patrick et Italo qui finiront ensemble sur une partie de "stop and go de 11km, à la 2ème place en 9h et évitant l'orage qui semble se préparer ou du moins une grosse averse

Il est fréquent que des gens s'arrêtent (ici tout le monde est en voiture) pour nous demander ce que nous faisons.

Il y a des habitations au milieu du désert ce qui est impressionnant

les coureurs qui sont toujours en lice ont dépassé les 1000km hier vers le 42ème km ou ilont du se prêter à une séance photos (voir sur le site ?)

fosa

Sujet: Bel exploit Mar 5 Juil - 12:58

1000 km c'est inimaginable ! Félicitations, quand on voit les conditions de course et aussi d'hébergement pour cette étape, c'est ... Plus de superlatifs dans mon vocabulaire... J'espère que Fabienne et les autres accompagnateurs ont le temps de faire un minimum de tourisme pendant que leurs coureurs préférés se reposent.

jean-baptiste

Sujet: Re: D 16 Mer 6 Juil - 21:18

Enorme !!!

Bon courage a vous .. boujou

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

D 16

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 17

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 17 Jeu 7 Jul - 3:15



.D 17 KINCHILEE—TWIN LAKES CHAPTER 71,7 km

Du fait de la dangerosité de la route, le départ est reporté à 6h donc 5h45 pour le briefing ce qui laisse qui laisse quelques minutes de plus pour dormir à nos coureurs.

Ils reprennent donc leur "stop and go" pour 20 km, puis nous trouvons une route à 4 voies avec de très larges bas-côtés, qui traverse une forêt de pins, cela sent d'ailleurs très bon

Aujourd'hui, nous quittons l'Arizona pour le Nouveau Mexique (km 36,7) et un tout autre paysage de roches

En traversant la ville de Window Rock il faut écarter des chèvres qui broutent le long de la 4 voies, puis succession de voitures de police qui avec sirènes et lumière impressionnent beaucoup. Puis nous ne voyons plus Italo , mais nous le retrouverons à l'arrivée, seulement 11mn après Patrick qui finit 2ème (et oui) en 8h30'58"

Ce soir nous dormons dans un hôtel très typique à Gallup au coeur de la culture touristique indienne Navajo.

D 17

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 18**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: D 18 Jeu 7 Jul - 3:18



avec un autre français: Gérard Bavatto



D 18 TWIN LAKES CHAPTER—CROWPOINT 66km

Nous sommes toujours sur le plateau montagneux, aux alentours de 2000m, ce qui explique les fraîcheurs du matin.

Aujourd'hui, les organisateurs ont une lourde tâche, 5 coureurs à ravitailler, ce qui n'est pas évident

quand certains sont en tête et d'autres en queue de course, il faut aimer la voiture.
Sur la route, nous voyons énormément de voitures de police et aussi un genre Samu qui s'arrête pour nous demander si tout va bien
Patrick parti doucement a finalement rattraper Italo puis Gérard qui a à nouveau un peu mal aux pieds,, mais Italo se cramponne et retrouve Pat 3km avant l'arrivée, km qu'ils feront tous deux d'excellente humeur, en chantant.... ravis de leur étape rapide, 7h28
J'ai fait de jolies photos animalières en cours de route

Ce soir nous devons faire 1h15 de voiture pour aller nous coucher à l'hotel d'hier car il n'y a rien dans les environs .

fosa

Sujet: Bonne ambiance Jeu 7 Juil - 7:27

J'ai vu sur le site de Gerard qu'il parlerait de Pat " avec qui il a sympathisé" c'est bon pour le moral. Le Samu il vous a demande si vous alliez bien dans votre tête je présume 😊 continuez à nous faire rêver, nous les coureurs par procuration.

D 18

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 19

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 19 Sam 9 Jul - 0:34



D 19 Cownpoint—Pueblo Pintado 64,4 km

En raison de la route à faire en voiture pour rejoindre le point de départ, celui-ci a été reporté à 6h00. J'accompagne les coureurs jusqu'au 5ème km puis retourne à Crownpoint pour acheter de la glace au magasin qui n'ouvre qu'à 7h00, car sur le parcours il n'y a absolument rien .

Je retrouve Patrick entre Gérard et Italo, mais peu après, il se plaint d'une douleur derrière le genou, puis un peu plus loin une autre douleur apparaît dans le côté, de plus, le cardio ne fonctionne pas très bien Pat n'arrive pas à avoir son rythme cardiaque, alors la petite tête se met en route, c'est une journée ou rien ne va ; heureusement il y a le MP3 , qui lui change un peu les idées.

Malgré tout cela Patrick conserve sa place journalière et termine en 7h34'54"

Après sa douche et une salade, Patrick se couche, il est 14h45, il se relèvera pour manger et se recouchera ensuite, demain sera une longue journée: 87,2 km

Pas beaucoup de temps pour le tourisme, même pour les équipiers car les distances sont importantes et nous avons un tas de choses à ranger, préparer etc ...

fosa

Sujet: le moral Sam 9 Juil - 18:15

heureusement que les coureurs sont épaulés par leurs suiveurs. la moindre contrariété semble prendre le pas sur tout le reste. Un cardio qui faiblit et on se croit malade. Si j'ai bien compris, le "boulôt" d'assistant est un vrai sacerdoce!
courage Patrick, de l'autre côté il y a l' Atlantique.

D 19

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 20

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 20 Dim 10 Jul - 3:17



D 21 CUBA-- ABIQUIU LAKE 82,8 km

l'étape d'aujourd'hui, démarre à 5h00 car longue et difficile, montagneuse avec beaucoup de côtes , de plus la météo annonce orage et vent pour la fin de journée.

Patrick écoutant les recommandations de tous part lentement , mais il remonte la file des coureurs dans la matinée et se retrouve à nouveau en tête avec Italo, par contre ce dernier n'est pas très en forme aujourd'hui, il a des douleurs au genou et à la jambe , non arrangées par la difficulté du parcours, mais le paysage est vraiment « magnifique » même si la pluie nous rattrape vers 14h, un peu comme tous les jours depuis une semaine, des ondées orageuses passent dans l'après-midi, puis le soleil revient avec parfois du vent le soir .

L'étape se termine dans un camping auprès d'un lac superbe, nous n'y dormirons pas à cause de la météo 21ème étape en 10h26

D 20 PUEBLO PINTADO -CUBA 87,2 km

Ce matin contrairement à hier, en raison de la longueur de l'étape, le départ est avancé d'une demi-heure pour ceux qui le souhaitent, en fait presque tout le monde.

Hier soir au repas, Patrick a accepté de répondre à quelques questions de Bernard, (team Bavatto) qui fait partie d'une association sur Bordeaux.

Dès le départ les coureurs ont traversé une grande zone de travaux qui n'a pas trop perturbé les

ravitaillements, pas plus que le jeune chien qui s'est invité à la course et les a accompagné sur plusieurs milles, malgré les efforts de tous pour le faire partir, espérons qu'il a pu rentrer chez lui.
Patrick part lentement, pour l'instant les petites douleurs d-hier ont disparues, et le cardio fonctionne .
Nous sommes vraiment sur ce plateau à 2000m et pour le début de course, pas de paysage très marquant, à part le sable et les arbustes rabougris, mais la fin du parcours est plus tourmentée et aussi plus jolie,
Aujourd'hui, c'est Italo qui a pris les devants, après Rainer CQFD et il a le vent en poupe, Patrick ne le rattrapera pas, mais il finira 11mn après lui en 10h01, un peu fayigué malgré tout.
Une bonne nuit (pour Pat elle commence à 16h00) pour récupérer car demain est encore une grande journée

D 20

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 21

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 21 Dim 10 Juil - 3:19



D 21 CUBA-- ABIQUIU LAKE 82,8 km

l'étape d'aujourd'hui, démarre à 5h00 car longue et difficile, montagneuse avec beaucoup de côtes , de plus la météo annonce orage et vent pour la fin de journée.

Patrick écoutant les recommandations de tous part lentement , mais il remonte la file des coureurs dans la matinée et se retrouve à nouveau en tête avec Italo, par contre ce dernier n'est pas très en forme aujourd'hui, il a des douleurs au genou et à la jambe , non arrangées par la difficulté du parcours, mais le paysage est vraiment « magnifique » même si la pluie nous rattrape vers 14h, un peu comme tous les jours depuis une semaine, des ondées orageuses passent dans l'après-midi, puis le soleil revient avec parfois du vent le soir .

L'étape se termine dans un camping auprès d'un lac superbe, nous n'y dormirons pas à cause de la météo 21ème étape en 10h26

Georges

Sujet: Re: D 21 Dim 10 Juil - 9:03

Bravo pour ta performance.

je viens de rentré à Montivilliers après pour les championnats de France.

courage le temps n'ai pas terrible mais il faut avancer.

j'ai enfin trouvé le chemin pour te retrouver hier et pour écrire ce matin.

la performance n'ai pas pour moi mais pour toi.

salut à vous deux

Georges

D 21

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 22

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 22 Lun 11 Juil - 1:04



D 22 Abiqui Lake-- velarde city 62 km

Petite étape presque entièrement en descente, attention 5 changements de direction!

Départ au lac avec le lever du jour, la journée est paisible, après un passage désertique, il y a des lots de terrain à vendre s'il y a des intéressés, nous descendons dans une petite vallée, le long d'un cours d'eau et nous voyons du vert.....

Rencontre de Fabienne avec deux oiseaux mouches, que je n'ai pas pu photographier, mais un vrai ravissement.

Après 3 semaines de course, 1500km ont été parcourus, Patrick n'a plus de bobos, et conserve sa deuxième place, même si pour l'instant, rien n'est encore joué, il reste encore quelques km à faire ... En ce qui concerne le tourisme, nous visitons un tas d'hôtels et Pat profite bien des lits qui lui sont offerts car il s'y allonge dès la fin de course ou bien le plus tôt possible, il ne se lève que pour manger, mais ne grossit pas au contraire, et se recouche avant les poules comme l'ont dit certains coureurs; Il écoute quand même la lecture des messages tous les jours

jean-baptiste

Sujet: Re: D 22 Lun 11 Juil - 18:21

La machine est lancée là, on ne l'arrête plus 😊 et tant mieux !!!

profiter bien de ce que vous pourrez voir et des moments de repos pour Patrick !
bon courage et gros boujoux à vous !! 😊

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

D 22

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 23**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: D 23 Mar 12 Juil - 1:17



un pont sur le Rio Grande





D 23 VELARDE - ANGEL FIRE 75;5 km

Journée annoncée difficile par les organisateurs, montée comparée à l'Alpe d'Huez, nous montons à 2700 m, point culminant de la course.

Nous longeons le Rio Grande jusqu'au 15ème mile, paysage magnifique, le rio d'un côté, la montagne de l'autre, dommage, il y a beaucoup de circulation.

Italo a pris très tôt la tête de la course.

Au 30ème km se dessine au bout d'un plateau un canyon, dont la ligne se prolonge à l'horizon,

Dans la matinée, Patrick et Italo se retrouvent et ils vont finir ensemble les 25km de montée.

La journée se termine pour nous sous la pluie, mais les averses sont très localisées car un peu plus loin, sur la ligne d'arrivée, ils n'ont rien

C'est sur cette ligne que nos coureurs franchiront le millier de miles soit 1600km environ

fosa

Sujet: mille miles Mar 12 Juil - 16:46

il fallait bien un peu d'eau pour arroser ça non? un peu de fraîcheur peut être, ça doit faire du bien. belle course régulière, on dirait que tu as fait ça toute ta vie Patrick! on vous suit toujours, bonne route

josy hugo

Sujet: Re: D 23 Mar 12 Juil - 17:13

Bravo pour cet exploit sportif et humain.
ne lâche rien nous sommes avec toi

jean-baptiste

Sujet: Re: D 23 Mar 12 Juil - 18:34

Tres sympa les photos, j'adore les sourires de Patrick et Italo 😊

Bonne continuation a vous !!! boujou

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

erick

Sujet: it's a long way Mar 12 Juil - 22:00

bravo pour ta constance ... in you we trust bisés a vs deux eric

D 23

Prix imbattables ! Plus de 17 000 hôtels à prix imbattables disponibles ! www.hotels.com

Promotion Nike 20 % de réduction supplémentaire sur le déstockage store.nike.com

Electroménager Philips Que des bonnes affaires en stock chez Philips store shop.philips.fr

D 24

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 24 Jeu 14 Jul - 3:12



D 24 ANGEL FIRE(Pablo Fecho pass)- CIMARRON 59,9 K

Etape courte aujourd'hui, mais les deux suivantes la rachèteront (je vous réserve la surprise) qui commence par 3 km de descente.

Paysage montagneux, lac, villages et routes forestières bordées de pins; mais le parc est fermé par crainte des incendies, il y a eu effectivement ces jours derniers de très importants feux pas très loin.

Toutefois, il y a un tas d'animaux, espèces de petites marmottes, écureuils, chevreuils et des oiseaux magnifiques.

Au 52ème km nous quittons la forêt et la montagne pour revenir en plaine, mais nous sommes encore à 1960m d'altitude. Nous croisons beaucoup de camping-cars, vraiment cars

La ville où nous dormons ce soir Cimarron, est une petite ville isolée au milieu du désert..

Patrick a fait l'étape prudemment, à cause des descentes, il finit malgré tout en Poulidor, peu de temps devant Serge et Italo

D 24

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 25

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 25 Jeu 14 Juil - 3:12



D 25 Cimarron-Point of Rock Area 86,3 km

Laure a rallongé un peu cette étape afin de raccourcir celle de demain (initialement prévue à 95 km)
Une nouvelle journée commence, un nouveau lever du jour, de nouveau des routes droites et désertiques. Patrick part doucement, Rainer passe, droit comme un I, il prend même le temps de

prendre des photos.

En passant , je vois dans une plaine un grand troupeau de rennes, puis un peu plus loin un élevage de chevaux

Les maisons sont aussi isolées que dans le Mojave, mais elles font plus riches

Vers les 60 km Pat se plaint d'une douleur derrière le genou, qu'il faudra soigner ce soir

Italo le rejoint pour terminer ensemble en 10h26, au milieu de nulle part, nous en repartirons demain .

fosa

Sujet: fête nat Jeu 14 Juil - 8:56

je présume que vous n'aurez pas le temps de fêter le 14 juillet mais je vous souhaite une bonne étape tout de même.

95 km à pieds, en courant ça faisait effectivement beaucoup. c'est sans doute parce qu'il n'y a pas de possibilités de ravitaillement avant ce kilométrage. Patrick n'a pas eu trop de temps pour se refaire une provision de globules rouges en altitude , s'il faut bientôt redescendre.

Bonne continuation. 🍅

D 25

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 26

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 26 Ven 15 Jul - 0:59





le caméraman David en action Laure, directrice de course à l'arrivée

D 26 Au milieu de nulle part- CLAYTON 88,2 KM

14 juillet

Que dire : une nouvelle journée commence, sur la même route, ou nous avons vu très tôt ce matin des chevreuils grignoter sur les bas côtés les seuls petits brins d'herbe verte qui poussent là.

Dès le départ , Mr Kochita a décidé de prendre de l'avance ce matin car il devance Rainer(pour le début de la course)

A Gladstone, seule curiosité de la journée, un petit magasin qui ne paye pas de mine, et qui fait Café, antiquités, mini épicerie, souvenirs avec une hôtesse très gentille .

En passant j'aperçois quelques cultures, a grand renfort d'arrosage, un étang et quelques touffes vertes.(le vert parfois ça fait du bien)

Patrick tout seul sur cette étape finit tranquillement, en regardant derrière lui, en 10h 50 environ ,devançant Italo de 20mn , à Clayton où ils ont eu un très gros orage hier soir, premières pluies depuis 9 mois

En entrant dans la ville, on a l'impression d'entrer dans un western

fosa

Sujet: le vert Sam 16 Juil - 18:30

Ne nous dis pas que tu regrettes ta Normandie? si un peu? le mal du pays! et la fatigue qui commence à se faire sentir même pour les suiveurs. Courage à tous les deux

D 26

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 27

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 27 Sam 16 Juil - 2:15



Ancienne et nouvelle équipe d'organisation

D 27 Clayton- Boise City 78,9 km

Départ de l'hôtel qui nous offre des oeufs durs et des barres de céréales pour remplacer le petit déjeuner que nous ne pouvons prendre car il est trop tôt.

Dans 20km nous quittons le nouveau Mexique pour l'Oklahoma et nous changerons d'heure à l'arrivée de

l'étape, la nuit sera un peu plus courte, elle n'est déjà pas très longue en temps ordinaire....
Après Clayton, le paysage change, grandes fermes, cultures et élevage, et les odeurs qui vont avec.
Dans cette région, il y a eu un gros orage avant hier, ce qui les a réjoui car il n'avait pas plu depuis 9 mois....

Les champs de maïs et les autres d'ailleurs sont ronds, à cause des rampes d'arrosage.
Patrick se plaint d'un point au mollet, Italo qui le rejoint, l'arrose avec son pulvérisateur tout en courant sur quelques mètres, puis lui fait mettre une chaussette mouillée sur sa bouteille pour garder l'eau fraîche, je pense qu'ils vont à nouveau finir ensemble.

Le vent souffle très fort depuis 11h ce matin, ce qui m'empêche presque d'ouvrir le coffre de la voiture
C'est le dernier jour d'assistance pour Bertrand et Anne qui doivent reprendre le boulot, arrivée de Bérengère et Emilie

2èmes ex Pat et Italo sont un peu fatigués

fosa

Sujet: un peu fatigués Sam 16 Juil - 18:34

... seulement? bien le coup de la chaussette! quoique une chaussette de coureur à pieds... Ben non j'ai

pas dit que ça sentait pas bon ! je pensais juste qu'elles doivent être pleines de trous.



D 27

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 28

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 28 Dim 17 Juil - 3:04



un sérieux concurrent pour Pat, ceux sont ses biscuits préférée

D28 Boise City- Guymon 89,8 km

Il fait nuit noire ce matin pour le départ (avec le changement d'heure) les coureurs doivent mettre le gilet fluo et la lampe frontale dont ils se débarrasseront tous le plus tôt possible .Petit moment d'émotion au départ car nous disons au revoir à Anne et Bertrand qui nous quittent pour retrouver la Normandie et aussi à David qui lui retourne dans l'est, mais les garçons reviendront pour l'arrivée à New York .

Tout va bien pour Patrick ce matin, plus de douleurs aux jambes , il n'y a que les lèvres brûlées par le soleil et le vent qui le font un peu souffrir ,néanmoins sur cette grande ligne droite, il prend son mal en patience, s'imaginant sur un tapis de course sans trop regarder devant, et il avance très régulièrement , malgré la grosse chaleur de retour depuis l'Oklahoma .

René , assistant de la course profite d'un de mes arrêts pour venir m'offrir un "vrai nescafé" car il savait que j'ai un peu de mal avec le "coffee"américain, quelle gentillesse .

IL y a des tas d'insectes que je connais, mais plus gros que chez nous et d'autres que je ne connais pas, j'en ai même transporté un sur quelques km, ça lui a évité un peu de fatigue

Peu de temps avant l'arrivée une pancarte prévient les automobilistes: attention risque de glace sur le pont....il fait quand même près de 36°C

Patrick termine , seul, 2ème est-il besoin de le dire (mais oui car cela lui met un peu "la pression") en 10h48

Gilles

Sujet: 4 semaines de course, 2000 km parcourus : stupéfiant ! Dim 17 Juil - 7:58

[b]Une formidable aventure humaine !

4 semaines de course, 2000 km parcourus, c'est véritablement stupéfiant. !!!

Patrick,

Au nom des Montivillons, qui sont de plus en plus nombreux à t' encourager et à suivre la course, je t' adresse toutes nos félicitations et notre admiration.

Nous te souhaitons de pouvoir continuer, avec la même régularité, jour après jour, sans trop de

pression. Nous comptons sur Fabienne pour te soutenir et te canaliser.

Merci aux coureurs qui nous offrent un spectacle alertant et une aventure humaine exemplaire, basée sur la solidarité et le dépassement de soi.

Merci aux accompagnateurs (trices) qui soutiennent, réconfortent, soignent et encouragent les participants au quotidien.

Merci aux organisateurs pour la qualité de la logistique, des informations statistiques, vidéos et photos: <http://seyrichs.de/lany/>

Merci à toutes celles et ceux qui laissent des messages d'encouragement à Patrick et Fabienne : c' est très important !

Encore bravo, à l' occasion de ce cap des 2000 km

Amicalement

Gilles

D 28

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 29**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: D 29 Jeu 21 Juil - 3:19

D29 GUYMON- BALKO 73 km

Au départ, on sent que les coureurs sont tous fatigués, la plupart partent en marchant sur plusieurs centaines de mètres.

Patrick comme les autres me dit qu'il est fatigué, cependant il trottine et retrouve vite sa place en début de course accompagné bien sûr de son ami Italo .

Cette journée sera difficile pour tout le monde , fatigue accumulée et de plus sur les 30 derniers km le fameux vent de l'Oklahoma, mais de face cette fois.

Rien de très particulier au niveau du paysage, de grandes cultures et élevages, sur terrain presque plat, l'arrivée à l'école ou nous sommes accueillis ce soir est la bienvenue, en 9h 13"

D 29[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 30

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 30 - Jeu 21 Juil - 3:21

D 30 BALKO- LAVERNE 83,5 km

Après une nuit assez longue, Patrick a d'abord fait une sieste de presque 2 heures, puis s'est recouché juste après le repas , c'est à dire 7h30 ,nouveau départ ce matin, h25, je prépare le thé sur le bord de la route et je vois passer Italo qui me dit qu'il a décidé de courir plus vite que le vent, en bref de courir vite avant que le vent ne se lève, il galope donc une dizaine de minutes devant Pat.

Il y a beaucoup d'animaux écrasés sur le bord de la route, il faut dire que c'est une route très empruntés par de gros camions, je n'ai jamais vu autant de convois exceptionnels en une seule journée, et je ne suis pas sûre qu'ils respectent la limitation de vitesse, les coureurs ont intérêt à tenir leur chapeau lorsqu'ils les passent.

Nous croisons également un groupe de jeunes en vélo qui font le trajet dans l'autre sens

A partir du 54ème km Pat et Italo se retrouvent, ce qui devient coutumier pour finir l'étape, loin devant leurs suiveurs, il fait aussi particulièrement chaud aujourd'hui (105°F)ce qui fait environ 39°C .

Les derniers arrivent avant le "cut off", mais tous ont bien souffert de la chaleur

Tps : 10h05 je ne compte pas les secondes

D 30

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 31**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: D 31 - Jeu 21 Juil - 3:22

D 31 LAVERNE- BUFFALO 51,6 km

Petite étape ce matin, du coup Patrick se sent presque en vacances et en profite pour faire le clown avec Italo et Gérard; nous avons changé de route et celle-ci est beaucoup plus agréable, peu de circulation et un joli paysage lorsque nous traversons un petit canyon.

Comme un peu partout il y a des petits extracteurs de pétrole au milieu des champs ou des déserts. Il y a des tas d'insectes qui chantent dans les arbres ils font énormément de bruit, mais impossible de les voir.

Un peu avant l'arrivée, nous trouvons sur notre route un élevage bovin impressionnant, une multitude d'enclos remplis de vaches!!!attention l'odeur!

L'arrivée se fait sous un arbre en bord de route, où il y a une table de pique nique nos trois compères terminent ensemble dans la gaieté

nous sommes accueillis pour la fin de journée dans le gymnase d'une école à Buffalo où il n'y a pas grand chose d'autre, de nombreuses "boutiques" sont fermées. Il fait très chaud cet après-midi.

D 31

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 32

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 32 Jeu 21 Juil - 3:26



D 32 BUFFALO-ALVA 76,3 km

Départ dans l'enthousiasme ce matin, enfin presque les coureurs ont besoin d'un petit temps de mise en route le matin?

Le paysage d'aujourd'hui est agréable, pour la vue, pour les jambes, c'est agréablement vallonné, mais ce n'est le pire, c'est que très tôt il fait déjà bien chaud et que le vent se lève, un habitant de Alva m'a dit que c'était vraiment exceptionnel qu'il fasse si chaud et que cela devrait durer encore une quinzaine de jours.

Italo rejoint Patrick vers le 35ème km et ils décident de se relayer face au vent afin de se protéger un peu, ce qui leur permet d'arriver en 9h 15, bien avant les autres

Nous sommes hébergés ce soir à l'université de Alva dans des chambres d'étudiants, Il y a la clim; Et INTERNET mais comme j'ai plusieurs jours de retard, je n'aurai peut-être pas le temps d'envoyer les photos, car si je me couche trop tard, je risque de m'endormir dans la voiture demain et ne pas voir passer mon coureur....

josy hugo

Sujet: impressionnant Ven 22 Juil - 7:26

la forme est toujours presente
de plus en plus extra Pat
je ne peut etre tres motivé a l'entrainement devant un tel courage
IMPRESSIONNANT
une question mets !!!!! tu la technique de marche en pratique
BISES a vous deux

fosa

Sujet: face au vent Ven 22 Juil - 18:19

on se doutait bien que vous étiez au milieu de nulle part. On se croirait sur le Tour de France avec des relais devant pour l'aspiration... mais bon! je ne pense pas que celui qui est devant crée une aspiration quand on court. Par contre ça doit quand même bien protéger. le courage ne manque pas et le moral aussi il me semble, c'est bien d'avoir des copains de course.
Bonne route, continuez à nous épater. 🤔

D 32

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

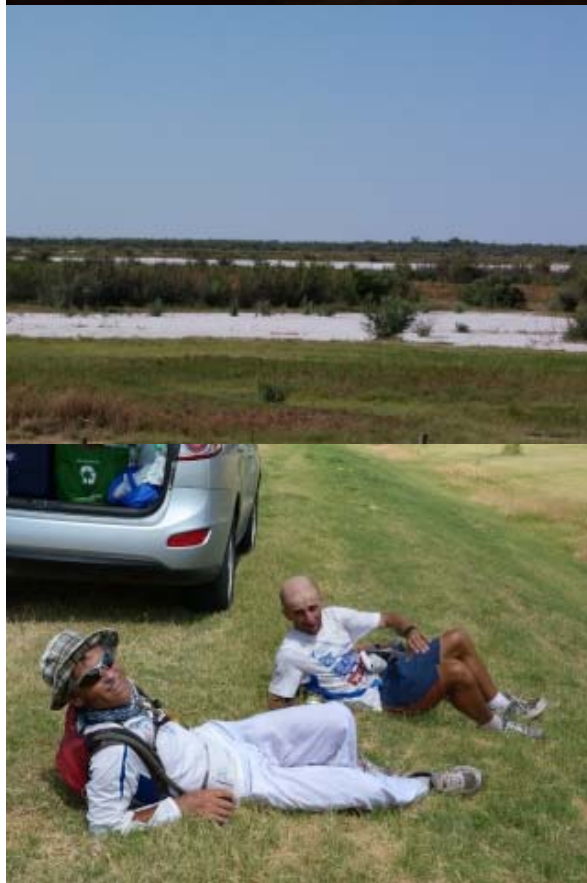
D 33

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 33 Sam 23 Juil - 2:33



emblème de l'université de Alva lacs salés dernier ravitaillement

D 33 ALVA-MEDFORD 84,2 km

Départ à 5 h pour une grande étape, sur une route à grande circulation, surtout de gros camions de transport d'animaux. Nous sommes assaillis par la chaleur dès que nous sortons de la chambre(80°F)à 4h45 AM.

Il faut être très prudent sur cette route, il n'y a presque pas de bas côtés, hier Mr Koshita s'est fait bousculé par une voiture, heureusement plus de peur que de mal (mais une contusion à l'épaule tout de même) Ce soir nous devons à nouveau "camper" ce qui ne va pas arranger le moral de Pat qui trouve déjà la journée longue, il faut dire que nos mousses par terre, ce n'est pas ce qu'il y a de plus confortable. Vers 8h il n'y a qu'une petite brise, mais le vent ne tarde pas à se lever, ça rafraichit me direz-vous et bien non car c'est un vent chaud qui assèche.... Ici les Fire Rangers sont en état d'alerte maximum en raison des risques d'incendie. Italo et Pat finissent cette dure journée ensemble et du coup prennent le temps de s'arrêter quelques secondes pour les derniers ravitos. Hier il y a eu un reportage sur la course à la télé américaine, une dame et son fils nous ont arrêtés sur la route pour prendre une photo . Près d'un lac salé, dans un des rares petits cours d'eau non asséchés un tas de tortues se prélassent

D 33

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 34

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 34 Sam 23 Juil - 2:33



D 34 MEDFORD-PONCA CITY 67,6 km

Que 67,6! Il fait déjà chaud ce matin(83°F)

Pat ne part pas en grande forme ce matin, il a l'impression de ne pas avoir assez dormi..... et Italo est assez loin devant (alors la tête....)

Toujours la campagne, sans arbres aux bord des routes pour faire de l'ombre, mais une campagne plus habitée, fermes, cultures, maisons, d'ailleurs il y a de la place car toutes les habitations sont de plein pied (ou résistent mieux au vent?) et toujours aussi chaud, les gens d'ici disent que c'est quand même assez exceptionnel, c'est bien notre chance.

Au 20ème km cela va mieux, Patrick a repris sa deuxième place, du coup il se sent pousser des ailes (j'ai calculé qu'il court environ à 9,5km/h) et se ravitaille sans s'arrêter.

Il arrive en 7h34env soit 1/2h seulement après Rainer

Nous dormons à l'hôtel, il va donc pouvoir faire une sieste et se recoucher de bonne heure, mais je l'emmène manger dans un resto Italien avant

fosa

Sujet: Pasta Sam 23 Juil - 17:19

L'impression de ne pas avoir assez dormi, c'est juste une idée sans doute, mais cela montre que le moral n'est pas très bon, c'est typique. Je suis sûre que la "pasta" et ce petit break au restaurant auront fait du bien. Pas de raison de manquer de moral, tu es d'une régularité incroyable, tu n'as pas de problèmes de

santé. 9,5 km/h sur des distances pareilles il y a de quoi être fier et surtout confiant. Il y a sûrement des passages comme ça tout au long d'un raid pareil. C'est là qu'il faut serrer les dents... Euhhh! Aussi pour ne pas avaler trop de poussière.
J'espère que le monsieur bousculé par la voiture ne gardera pas de traces de cet accident. Faites attention à vous.

jpsy hugo

Sujet: Re: D 34 Sam 23 Juil - 17:50

95 de moyenne et il est pas content le Monsieur non et il fait du boudin 😞
c'est normal d'avoir un passage plus difficile apres tant de km et la chaleur
aller courage
super les photos

D 34

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

Dinanche 24 : mi-course, 2600 km, 36 jours !!!**Auteur****Message****Gilles**

Sujet: Dinanche 24 : mi-course, 2600 km, 36 jours !!! Dim 24 Jul - 6:07

Aujourd'hui Dimanche 24 juillet 2011, est un grand jour.

Les concourants sont à à mi-course, au 2600 ème kilomètre, en 36 jours, BRAVO !!!.
Cette année, au Etats Unis, les températures sont terriblement élevées et la canicule frappe le pays.
Cela rajoute des difficultés supplémentaires à l' exploit que en cour.

Patrick,

Reçois toutes nos félicitations à partager avec les autres participants.
Le feuilleton de l' été nous tient en haleine.

C' est avec une grande joie et impatience, qu'une partie de ton fan club s' apprête à partir, demain
matin, au Etat Unis, pour vous retrouver à Indianapolis, le 10 aout.

Tiens bien le choc, nous arrivons pour t' encourager!!!

Annie, Lucile, Mathurin, Hugo, Gilles

Dinanche 24 : mi-course, 2600 km, 36 jours !!!**Sujets similaires**

- » [Itinéraire MAROC 15 jours](#)
- » [102 silures Camarguais en 10 jours](#)
- » [Split 4 ou 5 jours.](#)
- » [Photo rigolote -1 tout les jours](#)
- » [Mon split 3 jours](#)

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 35

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 35 Lun 25 Jul - 22:12

D 35 PONCA CITY- PAWHUSKA 72,7 km

départ 5 h, c'est officiellement l'heure de départ pour les étapes de cet état, cela fait ½ h de "fraicheur" en plus, aujourd'hui, encore une grosse chaleur ,

Le jour se lève sur une campagne un peu plus verte, changement également des habitations , elles sont de jour en jour plus cossues, avec pelouses etc... Patrick reprend son rythme de croisière et environ 10 km avant la fin Italo le rejoint pour finir ensemble en 8h365 de course, Jenny stoppe la course avant la fin pour cause d'œdème , Gérard se comporte assez bien , James et Alexandro se tiennent à quelques minutes près environ deux heures après . Les jours se suivent mais ne se ressemblent pas tous, tant l'hôtel d'hier était irréprochable tant celui d'aujourd'hui est indescriptible de saleté

D 35

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 36

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 36 Lun 25 Jul - 22:15





Patrick à l'arrivée



D 36 PAWHUSKA- OOLAGAH 80,6 km

Au départ ce matin , il fait encore 85°F, puis cela baisse un peu vers 6h pour remonter en même temps que le soleil.

Le paysage change encore, plus de verdure et des petites mares autour desquelles paissent tranquillement des vaches à grandes cornes; à ce propos, Pat et Gérard sont très fiers d'avoir pu délivrer un jeune veau qui avait la tête coincée dans des fils de fer ce matin.

Nous traversons Barnsdall Village de Clark Gable, traversée sur un air de vacances pour les trois lurons que sont Gérard ,Italo et Patrick qui prennent le temps de poser pour des photos , mais après le village redeviens sérieux, d'autant plus que la route est encore longue et que la chaleur continue à monter, nous atteindrons un record vers 13h30: 111°F ; c'est pour cela que l'orage gronde, Pat y échappera de justesse, seulement quelques gouttes et du vent, avant la fin d'étape en 9h57 , suivi par Gérard puis Italo

D 36

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 37

Auteur	Message
--------	---------

Patrun	Sujet: D 37 Mar 26 Jul - 3:36
--------	-------------------------------





D 37 Oolagah—Big Cabin 61 km

Un peu moins chaud ce matin, il a plu cette nuit et le ciel est encore couvert, ce qui rafraichit l'atmosphère, par contre le taux d'humidité est très important .

Depuis 2 jours déjà, Patrick souffre d'un échauffement dans le dos, dû au frottement du kamel bag et aux maillots mouillés de sueur en quelques minutes,

je lui fais donc sur la ligne de départ un "pansement maison" qui lui vaudra beaucoup de compassion à l'arrivée de la part de toute l'équipe féminine.

Vers le 15 è km, nous traversons un hameau ou il y a beaucoup de chiens, mais aussi un élevage de chèvres magnifiques, puis un peu plus loin vient l'heure du recueillement devant la statue de Andy Payne, vainqueur de la 1ère trans-América organisée en 1928, à cette époque, pas de basket avec amorti et pas vraiment de glace sur la route pour se rafraichir!

Nous passons devant un "magasin" d'antiquités ou pat et les autres aussi sans doute inscrivent leur nom sur le mur couverts de signatures de tous pays.

Un peu avant le trail, (piste et non route goudronnée), le soleil refait son apparition, c'est un coin tranquille avec quelques habitations, un tas d'insectes bruyants dans les arbres et de magnifiques papillons.

Arrivée accompagné de Gérard en 7h39'52"

Anecdotes:

Italo, amoureux des chiens s'arrêtent pour les caresser, mais ses trois jeunes amis prennent cela pour

une invitation à jouer et le culbute dans un fossé, ce qui lui vaudra des égratignures
Peter veut sauver une tortue suicidaire sur la route, il la prend et en remerciement la demoiselle le mord, croyez-le ça mord bien!

fosa

Sujet: belles photos Mar 26 Jul - 10:25

super, Pat a retrouvé le moral on dirait.
les photos sont sympa. ce furent deux étapes animalières, des insectes, un veau des chiens une tortue.
et de drôles d'animaux qui courent avec un dossard. bonne route!

D 37

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 38

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 38 Mar 26 Jul - 22:36





la statue se trouve devant une station essence qui accueille les routiers (Big Cabin) à la sortie de l'autoroute, on n'est pas très rassuré à pied



D 38 BIG CABIN- MIAMI (OKLAHOMA) 65,6km

Malgré mes tentatives de réparation, le sac à eau fuit toujours. Départ en direction de Vinita (OK) ou dans un super marché je trouve un sac, se sera bien pour demain ;

Brève rencontre sur la route avec un fermier très sympa à qui je bouchais la route en stationnant, pas de problème, c'est lui qui s'est écarté après avoir discuté 2 mn, rencontre aussi en ce qui me concerne avec une tortue; mais je n'ai pas essayé de la prendre.

Patrick continue sa course dans la régularité, petite correction, il n'est pas tout le temps à 9,5 de moyenne, seulement aux heures de pointe, en général c'est entre 8,2 -8,6 .

Mathurin est arrivé aux States hier après-midi, ce matin il se prélassait avec sa famille d'adoption au bord du Mississippi...

Sur la route (66) un petit musée dans une ancienne station service, les propriétaires apprenant que nous passions avaient préparé des rafraichissements nous avons même pu admirer les tatouages du fils! Les coureurs ont signé des autographes.

La route se poursuit sur l'ancienne route 66, on pourrait dire la très ancienne, qui est devenu un chemin, ou Patrick rejoint par Gérard commence à ressentir la chaleur quotidienne, il est 11h, l'heure où le soleil commence à nous rôtir.

Je n'ai pas retenu le temps de course, nous l'aurons un peu plus tard, quand à la place je ne vous dit rien, comme d'hab....

PS Nous avons depuis ce matin deux assistants de plus au niveau de l'organisation Karine et Serge qui arrivent de Mayenne

fosa

Sujet: une citation Mer 27 Juil - 16:16

de Jacques Prévert s'il vous plaît !!! il ne parlait pas de coureurs à pieds mais je crois que ça peut le faire quand même.

"la meilleure façon de ne pas avancer, c'est de suivre une idée fixe"

de temps en temps je présume que certaines souffrances, ou certaines contrariétés deviennent des idées fixes non?

J'espère que le dos va se soigner vite. bon courage

josy hugo

Sujet: Re: D 38 Mer 27 Juil - 17:21

aie !!!!! aie!!!! le dos
je compatissais à ta douleur
aller courage

D 38

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

Siehst du die Junge
Frau im Bild?



65% schaffen es nicht.

JA

NEIN

D 39

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 39 Jeu 28 Jul - 3:22



Pas trop loin en début de course
Là il y avait des maisons



D 39 MIAMI- CARTHAGE(Missouri) 78,5km

Beaucoup à dire aujourd'hui, tout d'abord un grand jour pour Pat puisque c'est son anniversaire que tout le groupe lui souhaite à 4h45 ce matin au départ de la course, à cette occasion, les coureurs lui offrent un livre d'une grande valeur, le récit véridique de la première trans-America de 1928, par un journaliste, bien sûr il va devoir apprendre l'anglais ...,et l'organisation un cadre avec des photos de notre édition, quand à mon cadeau, surprise en rentrant...

A 6h il fait déjà chaud, 84°F, cela n'empêche pas un couple d'Américains de nous attendre sur la route pour discuter.

Nous passerons dans trois états, l'Oklahoma que nous quittons, le Kansas pour 14 km et Le Missouri ou nous entrons, pour une étape très marquante, en effet nous traversons la ville de Joplin, dont une partie a été dévastée par des tornades en mai dernier, moment d'émotion intense, qui nous perturbe un peu, à la sortie de la ville, des ouvriers travaillent sur un immense chantier à l'installation de mobilhomes pour reloger la population.

Après ce passage, Patrick a un peu de mal à retrouver son rythme de course, mais il y parvient malgré les 104°F(presque 40°C) affichés par le thermomètre, à 13h.

Nous sommes seuls, pas d'autres suiveurs, pas d'autres coureurs jusqu'à l'arrivée en 9h33.

PS Le dos va un peu mieux...

fosa

Sujet: Bon anniversaire Jeu 28 Juil - 13:44

Un peu surréaliste un anniversaire dans ces conditions avec ce paysage désolé en prime. J'espère que Patrick n'en gardera pas un trop mauvais souvenir. Nous te souhaitons néanmoins un très bon anniversaire.

josy hugo

Sujet: Re: D 39 Jeu 28 Juil - 18:07

nous te souhaitons un bon et heureux anniversaire
pour toi chaque jour est unique et promesse de réussite
reçois nos vœux d'anniversaire les plus sincères
que des milliers de petites joies viennent embellir ton parcours
aller Champion
bises à Fabienne n'oublie pas le Gateau

D 39

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 40

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 40 Ven 29 Jul - 2:44





Sur une des photos, maman reconnaitra les 'perruches" qui poussent dans son jardin et qui prolifèrent ici à l'état sauvage

D 40 Carthage-- Springfield 84,9 km

Départ du guest house motel ou nous remettons au directeur de la "hight School" de Joplin une modeste collecte de notre petit groupe .

Pat a de nouveau quelques soucis de fuites avec son sac à eau, cette fois c'est le tuyau qui est dévissé après quelques grimaces, tout rentre dans l'ordre, mais il est trempé ..;

La route n'est pas drôle, rien à voir si ce n'est les camions et le soleil qui arrive, il fera encore aux alentours de 40°C aujourd'hui et Patrick va boire ses 8 litres d'eau ;

Il y a beaucoup de chênes verts et une multitude de papillons des noirs surtout très grands et très beaux, il y en a aussi beaucoup qui se font tuer par les voitures ainsi que de nombreux autres animaux, particulièrement les tortues et les tatous ?

Gérard qui suivait Pat prend du retard ainsi que Italo qui est un peu derrière

au 50ème km nous retrouvons notre chère old route 66, ou le soleil donnd en plein , je mets un foulard avec des glaçons au cou de Patrick, qui termine cette journée en 10h13 juste une heure après Rainer, comme presque tous les jours

Pat remercie toutes les personnes qui lui ont souhaité son anniversaire

fosa

Sujet: Papillon Ven 29 Juil - 12:44

Le papillon jaune est un " eastern Tiger swallowtail" ce qui se traduit par tigré à queue d'hirondelle. En France nous avons pratiquement le même on l'appelle le Flambé.

Sur le site de Gérard Bavato (il me semble) il y a la photo d'un tatou. Drôle de bête avec une carapace faite d'écailles comme celle du pangolin.

La course à pieds mène aussi à l'observation scientifique. 🍌

D 40

D 41

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 41 Ven 29 Jul - 22:33



D 41 Springfield- Conway 71,6 km

Springfield est une ville assez importante, 17km à traverser pour partir, puis nous empruntons une petite route tranquille (rte 66) coincée entre l'autoroute et la voie de chemin de fer, heureusement un peu plus loin elle sillonne et vallonne dans une jolie campagne ; nous y rencontrons une cycliste qui s'arrête pour discuter, félicite et photographie les coureurs quand ils passent et recommande à tout le monde la prudence avec la chaleur;

Sur cette petite route également, de très jolies propriétés, très tôt Patrick repart en cavalier seul, et malgré la température poursuit sa route sans faiblir, sauf un petit moment de tristesse lorsqu'il voit mourir sous ses yeux un jeune veau dans un pré sans pouvoir rien faire (chaleur?), avec un ravitaillement tous les 4 km environ, pour terminer en 8h26,

jean-baptiste

Sujet: Re: D 41 Sam 30 Jul - 5:50

Avez vous croiser les simpsons sur la route et partager une petite Duff beer pour se rafraichir? 😊

Patrick is still incredible ... I am more impressed every day, continue like this !!!
tank you Fabienne and other people to support Pat as you made 😊

Enjoy !!!

et bien l"boujou de normandie

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

fosa

Sujet: Re: D 41 Sam 30 Juil - 13:43

Je vois que Patrick reste assez lucide pendant l'étape pour regarder autour de lui et pour s'émouvoir de ce que vous rencontrez. La course oui, mais pas seulement !
Continuez comme ça, bon trip.

D 41

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 42

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 42 Dim 31 Julil - 2:29





D 42 Conway-- St Robert 83,1 km

Aujourd'hui, nous passerons les 3000 km ,bientôt Patrick battra son record de distance
Mon petit rêve du moment, serait de voir un tatou vivant et non écrasé sur le bord de la route

A Lebanon, nous passons devant un étang entièrement couvert de nénuphars, c'est magnifique

Au 36,1 km c'est le point des 3000km, l'organisation est sur place pour les photos.

Au 51,8 km Pat court sur un pont métallique qui enjambe une rivière qui s'appelle Gasconade , et un peu plus loin, Gasconade Hills,nous sommes en pays connu..... Vers 12h30 le ciel se couvre et il commence à tonner.

Patrick me dit que c'est dur aujourd'hui, qu'il espère avoir gardé son avance et se demande s'il est le seul à être fatigué.....

Pendant ce temps, l'orage monte, il reste 13 km, Patrick me rend son chapeau et ses lunettes dont il n'a plus besoin et termine en 9h55(moins de 10h il est ravi) juste avant les grosses averses, certains comme Italo n'ont pas eu cette chance et arrivent trempés, du coup il fait froid avec le vent

fosa

Sujet: Re: D 42 Dim 31 Juil - 9:07

Est ce qu'il a eu sa réponse? était il le seul à être fatigué? 😊 3000 km, il a fait le plus dur non? surtout si vous avez quitté les régions désertiques. Super course, go on! 😊

D 42

Forum gratuit | phpBB | Forum gratuit d'entraide | Signaler un abus | Créer un forum

D 43

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 43 Dim 31 Juil - 23:20



D 43 St Robert- St James 66,5 km

(c'est vraiment la St James, car non seulement la ville porte son nom, mais juste face à l'hôtel il y a un Mac Do et comme notre anglais de James en raffole ...)

Même s'il était légèrement contrarié ce matin de devoir endosser un nouveau gilet fluo, Laure trouvant que le sien ne réfléchissait pas assez, (surtout sous le kamel bag), Patrick part du bon pied.

Je l'attends sur une route parallèle à l'Hwy 44 (équivalent de nos autoroutes), ou à 6h, malgré la brume j'entends les oiseaux chanter. Nous profiterons jusqu'à 9h de la fraîcheur de cette route qui serpente à travers une belle forêt, pins et chênes principalement.

Puis le soleil refait son apparition et surtout, après la ville de Rolla, la route est très vallonnée, lorsque pat s'arrête pour les ravitaillements, il dégouline littéralement, de plus il y a un petit bout de trail (3km) qui ne fait pas son bonheur.; cependant il maintient son allure régulière et termine avant 13h en 7H 50 et je ne vous le dis pas à chaque fois à la 2ème place

D 43

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 44

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 44 Lun 1 Aoû - 21:27



D 44 St James Owensville 46,8 km

Petite étape aujourd'hui puisqu'elle ne fait que 46,8 km, mais les coureurs consultés par Laure hier ont décidés en majorité de partir à 5h00, pour profiter d'un peu plus de fraîcheur, il fait tout de même 75° F Enduit de pommade (anti-frottement, arnica, lèvres) notre Patrick prend le départ pas trop réveillé, même si la manager de l'hôtel a ouvert spécialement pour nous la salle du petit déjeuner à 4h00. Mais il est vite réveillé et de mauvaise humeur lorsque toute l'eau de son sac à eau lui tombe dans le dos, la vis s'étant à nouveau dévissé...

Pendant ce temps, Gérard qui reprend la course ce matin après deux jours d'arrêt, en profite pour prendre de l'avance;

Le lever du jour est aussi magnifique, il faudra que je veille un peu un soir pour voir le coucher du soleil que nous ne voyons jamais, puisque, (nous a-t-on dit) nous nous couchons avant les poules.

Au 18ème km nous entrons en Gasconade!

Un peu plus loin, un shérif me demande des renseignements sur la course, nous aurons l'occasion de le revoir passer au moins 4 fois, nous étions surveillés.

Toujours aussi régulier Pat avance, au 35è vers 9h et termine en 5h20 environ soit avant 10h30. Un bon après midi de repos!

fosa

Sujet: Re: D 44 Mar 2 Aoû - 9:52

La colère ça réveille autant que la douche. J'espère qu'il va trouver un moyen de faire tenir ce bouchon. Parce que si il manque d'eau entre deux ravitos ça risque d'être galère.

Le shérif c'était pour surveiller les excès de vitesse où pour contrôler le taux d'alcool dans le camelbag? Bonne route!

D 44

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

Valtin30 peut vous dépanner en informatique à distance pour 5€ Tafmania.com

[TAZ peut réaliser de jolies toiles peintes pour enfants personnalisées ou pour idées cadeaux, Noël, anniversaires, événements particuliers, premières dents, etc... tout est possible. pour 15€ \[Tafmania.com\]\(http://Tafmania.com\)](#)

EmyYu peut vous faire des cours de chinois pour 5€ Tafmania.com

D 45

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 45 Mar 2 Aoû - 20:52



D 45 OWENSVILLE-HERMANN 48,1 km

Après notre mésaventure d'hier au soir, en allant manger, une canette de coca a explosé dans la voiture à cause de la chaleur!

Nous avons eu un peu peur aux dégâts, mais nous sommes intervenus rapidement, vidant presque tout le coffre sur le bord de la route et lavant, heureusement nous avions de l'eau, le plafond de la voiture.

Ce matin, il semble ne plus y avoir de traces, en route donc pour une petite étape aujourd'hui encore, qui se terminera à Hermann, ancienne colonie allemande qui se trouve dans une région vinicole et est paraît-il très jolie

Dès le départ Gérard fonce tandis que Patrick garde son rythme de croisière. , ils n'auront que 10 mn d'écart au final

La journée paraît courte puisque l'arrivée se fait vers 10h, 10h30 pour les premiers

Rainer, Gérard, Patrick et Italo, suivis un peu plus tard de Serge qui ne tient pas la grande forme en ce moment,

mais il fait très très chaud aujourd'hui et avec l'humidité ambiante c'est un peu difficile, malgré ou à cause de la clim.Patrick a du mal à se reposer

Josy hugo

Sujet: Re: D 45 Mer 3 Aoû - 17:37

juste un petit coucou je suis a la campagne dans un trou la connexion est difficile avec ma cle 3G
gros bisous aller GO GO GO !!!!!
nous suivons toujours ton parcours
trop fort le Pat
bisous Fabienne courage a toi aussi

D 45

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 46 + VIDEO

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 46 + VIDEO Jeu 4 Aoû - 2:59





D 46 Hermann-Bowling Green 88,4 km

Dès le départ de l'hôtel, nous transpirons, même sans rien faire, une dure journée se prépare pour les coureurs d'autant plus qu'elle sera longue; j'achète mon Nème sac de glace à la première station service de façon à pouvoir rafraichir l'eau et Pat s'il en a besoin .

Aujourd'hui est un jour important, car en plus du passage des 2000miles, Patrick va battre aujourd'hui son record de distance, soit 3230 km sur Le Havre Istanbul; un peu avant René m'apporte un panneau qu'il a fabriqué spécialement pour l'occasion (avec les moyens du bord)Patrick en est très touché, ce sera l'occasion de plusieurs photos.

Patrick repart toujours aussi régulier, malgré un petit bout de piste, longeant de belles et grandes fermes avec d'énormes silos individuels. Vers le 60ème km Pat voyant arriver René et Karine qui ravitaillent Italo sur le parcours se demande si ce dernier va le rattraper , mais les « crews » le rassurent, il est encore un peu loin

Un petit vent se lève qui rafraichit un peu mais qui devient plus gênant quand les coureurs l'ont de face; sur un faux plat montant pour terminer l'étape, en moins de 10h30 pour Pat qui est ravi . Un peu moins quand il se douche car avec l'humidité des vêtements il a des échauffements un peu partout, même sur les cuisses avec le short

joso hugo

Sujet: Re: D 46 + VIDEO Jeu 4 Aoû - 10:56

Bravo pour ton record et c pas fini

fosa

Sujet: Re: D 46 + VIDEO Jeu 4 Aoû - 13:37

Félicitations pour ce nouveau record personnel. C'est quand même incroyable. Prends soin De toi, il y a encore de la route a faire

jean-baptiste

Sujet: Re: D 46 + VIDEO Ven 5 Aoû - 18:01

Well done .. tt mes felicitations !!! 😊

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

D 46 + VIDEO

Sujets similaires

- » Video LADA 4x4M NIVA en Russe
- » [video] Cola Stunt Ride 2010
- » rallye RITM 24 25 26 oct 2010 PHOTO ET VIDEO
- » video de ma Fantic 303 serie2
- » video chevreuil sur mon lot, Daniel-57

D 47

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 47 Ven 5 Aoû - 2:33



voyez-vous l'oiseau mouche?-----surprise de l'arrivée, des marches à descendre!-----une boîte aux lettres

D 47 Bowling Green- Hannibal 72,4 km

Meeting du matin , 4h45, oh la la, Laure notre directrice de course , râle et menace de sanctions les coureurs qui ne respectent pas les consignes de sécurité et leur assistance, sac à eau, gilet fluo, consigne sur la route etc.....

Puis nous souhaitons un bon anniversaire à Mr Koshita avant le départ.

Il fait plus frais, 75°F et il y a un léger vent

Au 15ème km, à Curryville, je profite d'un spectacle superbe, que pat prendra le temps de regarder en passant:une colonies d'oiseaux mouches volette dans une haie de bignonias, c'est magnifique!


Puis nous empruntons une jolie petite route ombragée, mais aussi très vallonnée

Pat arrive en 8h 23

fosa

Sujet: Re: D 47 Ven 5 Aoû - 13:21

Trouvé l'oiseau mouche, il faut être rapide pour les photographier... Ça doit être reposant de retrouver de la verdure. Laure a raison... Faites attention à vous, il ne faut pas que cette belle aventure tourne

mal par manque de vigilance 

D 47

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 48

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 48 Sam 6 Aoû - 3:04



Je n'ai pas pris beaucoup de photos aujourd'hui

D 48 Hannibal - Florence 76 km

Patrick part en me disant qu'il a une sensation de vide dans le corps alors qu'il vient de déjeuner, il faut dire qu'il a beaucoup maigri.

Dès le deuxième km nous passons le Mississippi, mais de nuit, alors pour les photos ... il sert de frontière avec l'ILLINOIS, qui nous accueille sous la pluie, d'abord une petite pluie fine qui ne gêne pas les coureurs ravis d'être rafraîchis, mais cela s'intensifie au cours de la matinée pour devenir de grosses averses,, qui mouillent bien et gênent la visibilité, c'est Patrick lui même qui demande son gilet fluo pour être vu des automobilistes, c'est pour dire

Patrick me dit au départ qu'il se fatigue à garder la tête de la course (Rainer mis à part bien sûr) mais il ne peut s'empêcher de regarder derrière lui et se réjouit de ne voir personne .


Eclaboussé par les camions sur une route sans bas-côtés, muni de son kway qui ne protège plus beaucoup, il terminera ses 76 km en 8h 58'

Content d'avoir mis moins de 9h, mais déçu quand il s'aperçoit que Rainer avait mis le turbo pour finir en 7h58 environ, habitué qu'il est à une heure d'écart

Quant à moi, j'avais une veste imperméable, mais j'ai dû changer de chaussures, et surtout je vais devoir nettoyer un peu plus l'intérieur de la voiture car nous ne nous garons pas toujours sur du macadam et la terre et le sable mouillés ça salit bien

fosa

Sujet: Re: D 48 Lun 8 Aoû - 13:10

Ça ne doit pas être facile de courir avec cette humidité qui augmente bien les frottements ... Il faut encore plus de courage, on pense à toi Patrick 

D 48

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 49

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 49 Lun 8 Aoû - 21:41



D 49 Florence(Pittsfield) - New berlin 68,3 km

Nous partons sous un orage sec très impressionnant, des éclairs zèbrent le ciel de toutes parts, j'essaie de prendre des photos, mais n'y arrive pas, Toujours est-il que Laure donne aux coureurs la consigne de s'arrêter immédiatement et de se réfugier dans les voitures si l'orage éclate, nous aurons la chance de l'éviter mais profiterons un bon moment du spectacle.

Pat repart bon train, il fait bon, suivi par Serge qui semble vraiment aller mieux, il arrivera en 7h40 7mn devant Serge, ce soir nous campons dans une salle ,jolie et tout en bois, très accueillante. Puis nous mangerons, très bien ,dans un petit resto qui ne « paye pas de mine »,mais ou nous passerons un moment agréable,même si les coureurs sont en pleine discution pour savoir s'ils doivent continuer à porter leur Kamelbag, maintenant que nous avons fini les régions désertiques, il sera décidé de laisser le libre choix à chacun

jean-baptiste

Sujet: Re: D 49 Mar 9 Aoû - 16:43

tres sympa la photo de gauche !
bon courage ! boujou

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

josy hugo

Sujet: Re: D 49 Mar 9 Aoû - 17:52

bientot le compte a rebours
aller de tout coeur avec l'equipe

D 49

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 50**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: D 50 Lun 8 Aoû - 21:42



D 50 New Berlin- Decatur 87,4 km

Etape importante, appréhendée par Patrick et je pense un grand nombre de coureurs.

Après quelques km de course nous traversons un nouveau Springfield, assez important lui aussi, ne serait-ce qu'à en juger par le nombre de banques installées dans un même carrefour,(5) nous y croisons pour la première fois depuis notre départ beaucoup de joggeurs et des cyclistes;
0 9h40; Patrick est suivi de près par Italo qui me dit que ce sera une dure journée, d'autant plus qu'il fait déjà chaud;

De chaque côté de la route, c'est champs de maïs et de haricots à perte de vue.

Une quinzaine de km avant la fin, Patrick et Italo se rejoignent et renouent avec une ancienne tradition, celle de finir ensemble en 10h 02

D 50

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 51

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 51 Lun 8 Aoû - 21:44



D 51 Decatur- Tuscola 67,3 km

Laure recommande à Patrick de se ménager car il reste encore de longues étapes à parcourir. En traversant la ville de Decatur, grande ville d'ailleurs ; les coureurs suivant Rainer sont tous bloqués à un passage à niveau par un train interminable qui en plus se met à manoeuvrer, il perdrons plus de 10mn, puis après la ville ils entament une longue ligne droite jusqu'à Tuscola; Au 20ème km Patrick échange son kbag contre une banane, beaucoup plus petite, et plus légère, il essaie de prendre un peu plus son temps, encadré par Italo et Serge, ils finiront dans un mouchoir de poche, Italo et Patrick en 8h 13 suivis de très près par Serge et seront à peine mouillés par les quelques gouttes de pluie qui tombent ce matin

fosa

Sujet: Re: D 51 Mar 9 Aoû - 8:52

C'est vraiment formidable ce que vous faites. Je parle de tous car il semble impossible de ne penser qu'à Pat dans cette aventure extraordinaire. les liens que vous avez créés entre vous sont très forts. Il est certain qu'il faut oublier le classement dans cette épreuve, ce sera un bonus. La victoire est personnelle et individuelle. Cela me fait penser aux épreuves de décathlon en athlétisme. Chacun concourt pour soi, c'est pour cela que tous les concurrents terminent dans les bras les uns des autres après le dernier 1500m. Prendre un peu plus de temps c'est être sûr d'aller plus loin.
Bonne route

D 51

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 52

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 52 Mer 10 Aoû - 1:35



Photo du départ Retrouvailles pont couvert

D 52 Tuscola- Rockville 91,4 km

Au départ, ce matin il fait froid, il fait pourtant presque 20° C, mais nous ne sommes plus habitués. Toujours tout droit, toujours des champs de maïs et de haricots, du soja en fait ; toujours des camions, peu de choses à dire sur le paysage de cette longue journée, par contre pour la course, Italo aujourd'hui s'est senti pousser des ailes et il est parti très vite devant Patrick pour qui se fut malgré tout une bonne journée, car c'était l'arrivée de Mathurin et qui plus est, plus tôt que prévu: nous pensions les voir sur la ligne d'arrivée et ils nous ont surpris un peu après la mi-course que Pat termine malgré tout en 10h31' (il me semble, corrigerai demain si je me trompe, pas de beaucoup...)

D 52

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 53

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 53 Mer 10 Aoû - 21:59



la nouvelle équipe d'assistance----- à l'entrée
d'Indianapolis-----dernier ravitaillement

D 53 Rockville- Indianapolis 83,7 km

Toute notre équipe se lève à 4h00 pour assister au départ de l'étape, la petite famille retournera à l'hôtel, Billie Greek, très sympa, jusqu'à 9h00 environ; Mathurin part avec moi. Il ne fait pas très chaud ce matin, et même s'il fait bon plus tard ce ne sera pas une chaleur écrasante comme d'habitude. A 8h30 Patrick court à sa vitesse de croisière, voire un petit peu plus vite, Italo le suit de très près, Serge est à moins de 2 miles. Italo et Pat jouent au yoyo jusqu'au 68ème km, ou Patrick déclare avoir un petit coup de mou et le laisse partir, chose qu'il regrette très vite, il accélère donc pour ne pas se laisser distancer, il n'arrivera que 5 mn après lui à Indianapolis après avoir traversé une zone commerciale de près de 15 km et nous ne sommes qu'à l'entrée de la ville
étape en 9h 19'

josy hugo

Sujet: Re: D 53 Jeu 11 Aoû - 6:58

Encore une etape de faite Quelle endurance !!!!! merci pour les commentaires et les photos bisous a tous

fosa

Sujet: Re: D 53 Jeu 11 Aoû - 20:44

Euh... Le dernier ravitaillement ce ne sont pas les oies j'espère?!
Vous devez en avoir des choses à raconter à Mathurin. Fabienne va se sentir moins seule. Bonne continuation.

D 53

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

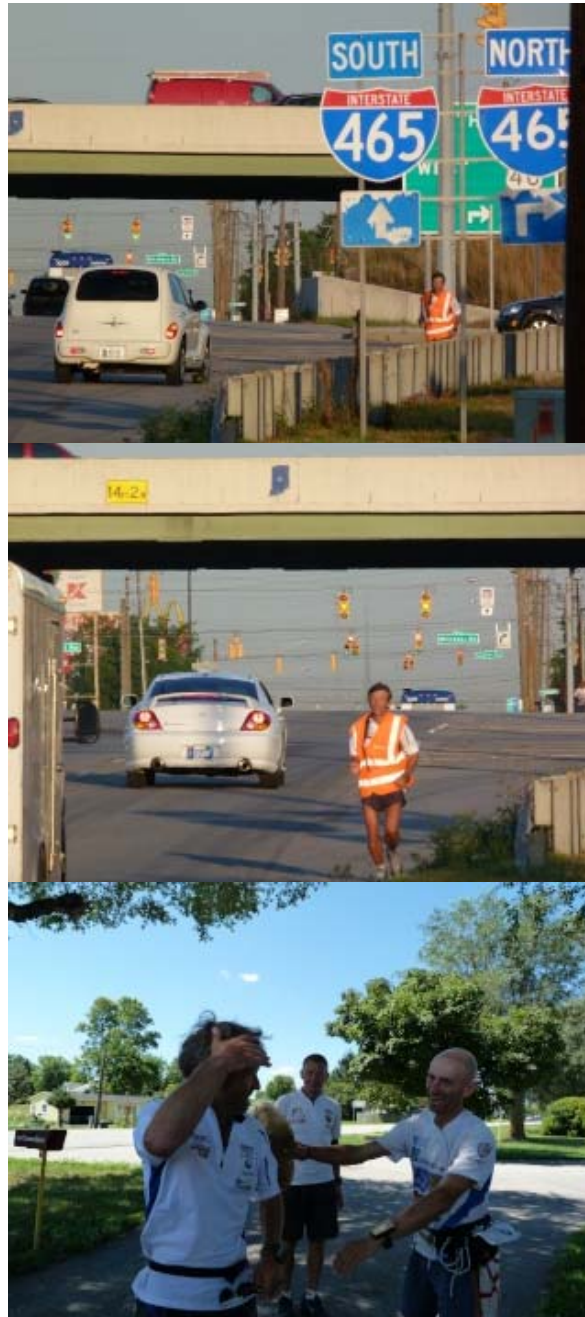
D 54

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 54 Ven 12 Aoû - 1:28



Traversée des bretelles d'autoroute-----la photo d'arrivée (sans chapeau, sans lunettes, fatigués mais cabots)

D 54 Indianapolis- Dunreith 73,5 km

Traversée d'Indianapolis, un peu appréhendée par Patrick, comme toutes les grandes villes, sans

problème, après deux tournants en tout début de course, c'était: toujours tout droit, même s'il y avait un tout droit voiture différent de celui des piétons..., sens unique de circulation, je retrouve mes coureurs au 9ème km(je dis mes car Pat est avec.....Italo)
D'ailleurs, je sens Patrick tendu, car Italo est en pleine forme et il a peur qu'il prenne trop d'avance, du coup, il se sent fatigué....
Les arrêts en ville sont un peu plus difficiles, on a l'impression de retrouver la civilisation.
Je m'arrête pour ravitailler et rebooster le moral de mon coureur, qui repart de plus belle suivi par son camarade, ils feront aujourd'hui des pointes à 12km/h,
soutenus par la nouvelle équipe :Famille Bellière et Mathurin,
puis décideront tacitement de finir ensemble et ralentiront un peu l'allure, ils terminent main dans la main en moins de 8h00.

fosa

Sujet: Re: D 54 Ven 12 Aoû - 10:59

Ça n'a pas l'air très facile ces traversées de grandes agglomérations. Une bonne décision a suivre pour les autres étapes celle de ne pas se " tirer la bourre" pour pouvoir recuperer plus facilement... De toute façon Pat ne fera que ce qu'il a envie de faire non? Bonne route

D 54

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 55

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 55 Sam 13 Aoû - 1:35





D 55 Dunreith- Arlington 86,6 km

Une nouvelle journée commence, un peu plus calmement que la veille, mais il fait froid ce matin, 56° F je suis obligée de mettre une veste, et malgré cela j'ai du mal à me réchauffer jusqu'au lever du jour. Comme il fait plus frais, Patrick boit un peu moins nous décidons donc de rallonger un peu, ½ mile, la distance entre deux ravitaillements.

Vers 8h20 je vois passer Gérard qui a stoppé la course et filme Patrick et Italo qui courent côte à côte, ou plutôt l'un derrière l'autre pour la sécurité, car cette route est encore bien passagère et surtout il y a des camions. Le soleil est présent, mais accompagné d'un vent léger qui rafraichit l'atmosphère. Nous traversons la ville de Richmond, plutôt jolie, ou le reste de l'équipe nous rejoint

Sur la route Italo trouve un ballon ce qui est l'occasion de se détendre un peu...

puis nos coureurs repartent pour passer dans l'OHIO, et poursuivent leur route vers le passage des 4000km, un peu avant l'arrivée; la journée sera plus détendue qu'hier bien que leur moyenne reste honorable, ils finiront en 9h 45 un peu avant Serge.

Ce soir, Patrick se plaint de douleurs dans les épaules, conséquences sans doute de la petite bouteille d'eau qu'il porte à la main à partir du 30è m km

fosa

Sujet: Re: D 55 Sam 13 Aoû - 12:56

4000km et il est toujours debout??? Chaque jour est un nouveau record a fêter en famille. Ça roule...!

D 55

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 56

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 56 Dim 14 Aoû - 1:13

35.5	35.5	Rockaway School on left side	0.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	1.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	1.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	1.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	1.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	1.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	2.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	2.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	2.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	2.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	2.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	3.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	3.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	3.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	3.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	3.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	4.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	4.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	4.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	4.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	4.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	5.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	5.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	5.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	5.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	5.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	6.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	6.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	6.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	6.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	6.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	7.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	7.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	7.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	7.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	7.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	8.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	8.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	8.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	8.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	8.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	9.0
35.5	35.5	Rockaway School on left side	9.2
35.5	35.5	Rockaway School on left side	9.4
35.5	35.5	Rockaway School on left side	9.6
35.5	35.5	Rockaway School on left side	9.8
35.5	35.5	Rockaway School on left side	10.0





La feuille de route -----traversée d'un
barrage-----les "school bus" prêts pour la rentrée: 8 août ou 17 août
pour les autres

D 56 Arlington- South Vienna 77,6 km

La journée semble bien démarrer, hormis cette douleur au bras. Pat me dit que ce n'est pas sa bouteille qu'il tient de l'autre côté, mais peut-être le fait d'avoir lever les bras un peu rapidement hier?

La route est lisse (du moins pour l'instant) les villes sont jolies, éclairées et fleuries, surtout Clayton et Dayton. nous essayons quelques grosses gouttes de pluie mais cela est très bref, puis nous longeons l'aéroport et voyons les avions décoller; une petite frayeur lorsque Patrick tombe, heureusement, il y aura plus de peur que de mal, il n'a que des égratignures.

Ce matin il se sent bien, détendu, il est seul, il ne fait pas trop chaud, pas trop de circulation, Pat va assez vite.

Il est malgré tout inquiet pour la traversée de Springfield, qui se passera très bien, même si nous devons par moment nous séparer, pour prendre des voies en sens unique, les coureurs restant toujours face à la circulation.

Pat arrive content de lui en 8h31, moyenne de 9,1 environ, nous apprenons que d'autres coureurs sont en difficulté, certains se sont trompés de route ou perdus quelques temps dans la ville (Alexandro et Italo, de même que Rainer dont le garmin n'indiquait pas exactement le même kilométrage, mais il s'est vite retrouvé)

fosa

Sujet: Re: D 56 Dim 14 Aoû - 7:34

Voilà c'est pour ça que beaucoup d'entre nous ne pourraient pas faire ce genre de course... Il faudrait porter des lunettes de lecture en permanence pour lire la feuille de route ce serait encombrant 😊

D 56

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 57

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 57 Dim 14 Aoü - 22:01





Toutes les photos ont été prises à Columbus

D 57 South Vienna- Reynoldsburg 68,8km

Départ de la caserne des pompiers où était hébergé une partie de notre groupe, nous étions à l'hôtel car la salle était petite et Pat arrivé de bonne heure voulait pouvoir se reposer, une bonne idée car cette nuit les pompiers ont eu une intervention....

Plus de douleur à l'épaule ce matin, Patrick part tout de suite ou presque à sa vitesse de 'croisière', tout droit pendant 54 km avec un terre plein central qui m'oblige à quelques tours, mais cela ne dure pas longtemps. Le jour commence à se lever vers 6h30, mais le temps est couvert ce matin, il ne pleut pas

Nous traversons la grande ville de Columbus, avec un joli centre ville, la banlieue l'est un peu moins, beaucoup moins riche, comme toutes les villes, Patrick est tranquille fait assez rare en ville, il poursuit toujours au même rythme cette traversée qui nous mène à moins de 10 km de la « finish line »

nous y rentrons un noir américain, avec qui nous échangeons des civilités en français, ayant vécu quelques temps à Cannes , il était ravi de se servir de son peu de français.

La journée de course se termine pour Patrick en 7h35' 38 " à 12h 40

Arrivées ensuite d' Italo, puis Serge, Jenny, qui a des chaussures neuves, et Gérard assez groupées

Nous irons donc manger avant la sieste....juste à temps pour éviter une grosse averse orageuse que n'éviterons pas les autres coureurs

fosa

Sujet: Re: D 57 Lun 15 Aoû - 16:10

En ce moment Pat n'a pas besoin de nos encouragements, son sourire sur les photos le montre bien, nous sommes néanmoins toujours là... On vous suit toujours même si c'est dans l'ombre 🙄

D 57

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 58

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 58 Lun 15 Aoû - 21:45





D 58 Reynoldsburg- Zanesville 83,4 km

Ce matin toute l'équipe Normande s'est levé à 3h30 pour assister au départ et à toute la journée de course.

Il a plu pendant la nuit, le temps est couvert et il ne fait pas chaud, 65°F (environ 17°C), avec un petit vent froid, nous supportons les manches longues ou le pull.

Hebron, nous stationnons devant le « complexe municipal », nous y recontrons une prof de math ayant vécu en Allemagne qui s'intéresse à notre aventure.

8h30 il pleut quelques gouttes, mais Patrick ne veut ni KW, ni casquette.

UN peu avant le 30^{em} km, Italo passe devant Pat à l'occasion d'un ravitaillement et se sent pousser des ailes, Patrick malgré sa bonne moyenne (9,3) ne le rattrapera pas aujourd'hui; Mais il prendra le temps de prendre un photo au point de passage marquant la distance de 100 marathons.



Un peu plus loin, nous passons dans Zanesville, un pont très original qui se sépare en deux directions dans son milieu, juste avant une grosse averse,

Patrick n'a pas le temps de se couvrir, il est déjà trempé et finira les 4 km restants avec son tee-shirt mouillé.

Arrivée en 8h57, 30mn derrière Italo, nous ne trainons pas sur place, direction l'hôtel et la douche

fosa

Sujet: Re: D 58 Mar 16 Aoû - 17:57

J'aimeraibien voir les fleurs que les américains mettent dans ces vases géants  Des tournesols ou des maïs géant vert  faites attention aux ratons laveurs, s'ils trouvent quelque chose à manger près de votre voiture ils risquent de vous laisser un très mauvais et très nauséabond souvenir en remerciement ...

100 marathons c'est pas mal mais à la suite les uns des autres ! C'est pas humain !

D 58

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 59

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 59 Mar 16 Aoû - 22:22



Avant le départ ce matin----- traditionnelle photo du
jour-----une petite côte

D 59 Zanesville- Morrystown 88,6 km

Mat se lève pour nous accompagner ce matin, (même s'il dort dans la voiture.

Cette étape est prévue comme une étape difficile, longue avec beaucoup de changements de directions

et du trail .

Au départ, il fait froid, (57°F) soit environ 17° nous ne sommes plus habitués.

Après les 4ou 5 premiers km d'échauffement,Patrick reprend son allure quotidienne suivi par Italo. Le début de la route est semblable aux précédents, droite et assez empruntée, Puis nous sortons des itinéraires goudronnés pour prendre des routes plus « rustiques »car il n'y a pas d'autre route que l'interstate(autoroute)mais le paysage est aussi plus joli, nous entrons dans une région plus vallonnée, ce dont s'aperçoivent vite les coureurs car il y a un certain nombre de côtes à monter; Si la journée a commencé par un temps brumeux, elle se poursuit par un soleil radieux et chaud, mais bien loin des chaleurs que nous avons connu.

Patrick et son acolyte se relaient en tête au gré des ravitaillements, mais il finissent la course ensemble , ce qui ravit Patrick

D 59

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 60

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 60 Jeu 18 Aoû - 2:11



D 60Morristown- Washington 81km

L'étape d'aujourd'hui, un peu rallongée pour diminuer celle d'hier nous amènera à Washington (Eh non , nous ne dormons pas à la maison blanche, nous sommes en Pennsylvanie).

Après une nuit confortable dans un petit motel de bord de route, nous sommes prêts à repartir, enfin pas tous puisque Alexandro manque à l'appel ce matin; nous apprendrons en fin de journée que l'équipe ne s'est pas réveillée à l'heure, il est parti avec 50mn de retard.

Nous traversons la ville de St Clairsville, construite sur des buttes puis nous descendons dans la vallée trouver le brouillard juste avant le moment périlleux ou les coureurs et les voitures ne prennent pas la même route, mais tout se passe bien, Pat n'est pas perdu je le retrouve 3km plus loin juste un peu décalé dans les ravitos.

Aujourd'hui, il a décidé d'aller un peu moins vite et de laisser Italo si celui-ci veut accélérer. Il faut rester vigilants car la fatigue s'installe, les coureurs sont moins attentifs, il y a déjà eu plusieurs chutes, les muscles et articulations sont fragiles

Nous faisons un passage éclair de 14km en West Virginie puis entrons en Pennsylvanie. Italo et Pat se suivent jusqu'au 41 km puis le premier accélère un petit peu il finira seulement 20mn devant Patrick

pierre

Sujet: Re: D 60 Jeu 18 Aoû - 9:25

Impressionnant !!!

Fait attention Patrick, il ne reste "seulement" que dix jours, l'arrivée s'approche, bon courage pour cette fin, on croise les doigts, le central park attend !!

Le doyen du club Pierre

fosa

Sujet: Re: D 60 Jeu 18 Aoû - 12:31

Bravo, Patrick, je vois que tu restes vigilant quant a la gestion de ce qui reste a accomplir. Ne pas penser que la course est bientôt finie. Encore quelques marathons !!!

D 60

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 61

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 61 Jeu 18 Aoû - 22:41



D 61 Washington - Uniontown 78,8km

Ce matin au meeting, les coureurs votent pour un départ journalier retardé à 5h30, car avec le changement d'heure, il fait jour plus tard, ils votent aussi le fait de ne pas mettre de pénalité, cas prévu dans le règlement, à Alexandro, estimant qu'il l'avait suffisamment été par son départ retardé hier.

Hier soir, Patrick se plaignait d'une grosse douleur en haut de la cuisse, que nous avons essayer de

soigner, il a un peu moins mal ce matin, il pense que cela va s'arranger en chauffant, mais la douleur revient, il essaie de gérer sur la journée, mais s'inquiète pour les jours suivants, il démarre quand même dans les premiers après "l'échauffement", rapide pour certains, sur plusieurs km pour d'autres, et part à une bonne vitesse, ce qui n'empêche pas Italo, décidément très en forme sur cette fin de course de le doubler au 25è km, sur une jolie route vallonnée avec des passages forestiers.
Par contre nous reprenons à partir du 38è une route beaucoup plus fréquentée, y compris par les camions et Patrick qui souffre un peu a du mal avec le bruit et du coup les côtes.
Mais une surprise l'attend à l'arrivée, des journalistes locaux qui veulent le photographier il termine en 9h41 environ 45mn derrière le deuxième

fosa

Sujet: Re: D 61 Ven 19 Aoû - 9:20

Ah! Les vedettes c'est ça, la presse, les interviews . J'espère que cela lui permettra de Remonter un peu son moral qui ne doit pas être fabuleux aujourd'hui. On a envie de dire Va y Patrick ... Mais on a aussi envie de dire n'en fais pas trop. C'est ton corps dont il s'agit, on n'en a qu'un économisons le !

josy hugo

Sujet: Re: D 61 Ven 19 Aoû - 16:07

Accroche toi !!!!! Pat
on te suit toujours et imaginons le courage de faire tout ça !!!!
aller courage et prudence devant un défi aussi grand

D 61

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)



Valtin30 peut vous dépanner en informatique à distance pour 5€

Si vous avez besoin d'aide en informatique ou de conseils : je peux vous dépanner sur Windows à distance



Jacob peut établir une stratégie de recherche d'emploi pour 15€

Vous êtes à la recherche d'un emploi et vous ne savez pas par où commencer ? Je vous propose de vous fournir une

D 62

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 62 Sam 20 Aoû - 0:49



D 62 Uniontown- Frostburg 82,2km, Vendredi 19 août

5h30, le nouvel horaire de départ pour cette étape de montagne qui commence fort en montée par 3miles (~ 5km) sur l'East 40. Klaus me dit qu'il y a 400m de dénivelé ... cependant, un joli point de vue, dommage qu'il fasse encore un peu nuit.

Pat arrive a 6h50, ne semble pas trop souffrir, derriere Italo et Gérard.

Il se plaindra ensuite d'une douleur au mollet, et d'une autre à l'autre cuisse.
Italo fait le fanfaron.
Pat court plus lentement, se préserve.
La route est plein de "up and down" ce n'est plus vallonné mais montagneux. La journée semble plus longue alors que nous longeons l'interstate.
Pat fini troisieme en 10h48, un peu moins d'une heure trente derriere Italo.

fosa

Sujet: Re: D 62 Sam 20 Aoû - 11:08

Bien fatigué d'après la photo, Pat a l'air de savoir se gérer, le tout c'est de pas laisser le moral descendre, parce que autrement le physique prend l'avantage! bon courage on essaie de te porter, mais c'est loin l'Amérique.

Tu te souviens de l'histoire?



Dis papa c'est encore loin l'Amérique? Tais toi et nage !

D 62

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 63

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 63 Dim 21 Aoû - 1:50

D 63 Frostburg - Hancock 81,6km Samedi 20 août

Ce matin Pat a un peu de mal à s'habiller.

Italo se renseigne sur son état, et part vite, au 30e, il a environ 15min d'avance.

Après ce ravitaillement, je trouve Rainer qui a dû avoir un problème, Italo est donc passé devant ("pour peu de temps je pense" - effectivement, Rainer finira par reprendre une minute par kilometre jusqu'a la fin pour finir plus de 30min devant Italo).

Il y a du brouillard, Les deux premiers ont mis leur gilet fluo. Patrick accepte de mettre le sien parce que je suis parle de pénalités.

Il souffre un peu aujourd'hui.

Vers 10h30, je lui donne un efferalgan qui semble le booster un peu.

Il court mieux cet apres midi que ce matin, et finit en 9h48, juste moins d'une heure derriere Italo.

fosa

Sujet: Re: D 63 Dim 21 Aoû - 7:03

Pas de problème , tu vas arriver au bout Pat , ménage toi un peu et tout ira bien. Souviens toi, pour vivre heureux vivons cachet (d'efferalgan) 🤔

Patrice

Sujet: Re: D 63 Dim 21 Aoû - 9:07

Allez Patrick, bientôt la fin : New York est en vue !

T'as encore suffisamment d'avance pour gérer ta magnifique seconde place ...



laurent

Sujet: Re: D 63 Dim 21 Aoû - 12:09

coucou patrick

allez un dernier effort .NEW YORK approche a grand pas et ce sera la cerise sur le gateau une tres belle 2eme place bien meritee boujou a FABIENNE ET MATHURIN ainsi qu au reste de la famille a bientot pour de nouveaux comptes rendus

D 63

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 64

Auteur	Message
--------	---------

Patrun Sujet: D 64 Lun 22 Aoû - 1:43





D 64 Hancock - Waynesboro 74,4km Dimanche 21 août

Un début de parcours charmant, petite toute de campagne, calme et sereine, peu de circulation, quelques petites pentes, beaucoup de virages et de tournants . nous sortons du Maryland. pour entrer en Pennsylvanie deux fois de suite.

Après un début en douceur, derrière James, Jenny Markus et Italo, Pat se sent bien, et remonte les coureurs pour se retrouver en 3e position derrière Italo (environ 12min a 8h30) Il ne semble plus souffrir en courant, mais il reste un peu anxieux.

11h Travaux sur la route détour pour les "crews", nous nous retrouvons ensemble à la fin des travaux, Pat retrouve son rythme régulier , même si la fin d'étape est moins agréable , plus de circulation et passages de villes, il reste encore quelques petites grimpettes, mais beaucoup moins longues que les précédentes. Il arrive fatigué mais assez satisfait 58mn après son ami Italo, qui l'attend à l'arrivée. Il lui est presque plus difficile de marcher que de courir, notre chambre est au 2ème étage

fosa

Sujet: Re: D 64 Lun 22 Aoû - 7:13

Continue comme ça, tu vas le faire ! Tu te fais des cheveux blancs pendant cette course, ton coiffeur va être content de te revoir ! Le sourire est de retour, c'est très bon signe. 🍁😊

D 64

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 65

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 65 Mar 23 Aoû - 2:05

D 65 Waynesboro- York 78,5 km

Départ très difficile pour Patrick qui a mal à la cuisse et a l'impression de ne pas pouvoir avancer. Ludovic lui pose un strapping (rose, c'est joli) Puis il démarre doucement, et cela revient, mais il hésite à s'arrêter de peur de ne pouvoir repartir, il entame une grande montée, derrière Jenny et Markus et accompagné de Bando et Mr Tanaka.

La dernière semaine s'annonce difficile, au physique et à moral.heureusement Pat a reçu hier sur le net des messages qui lui ont fait bien plaisir et la vitesse revient quand les muscles se chauffent, finalement Pat rattrape et repasse tout le monde pour reprendre, à sa vitesse ordinaire, "sa" place derrière Italo que nous ne voyons plus, sur cette route qui marque la fin de la région montagneuses des Appalaches; pour nous ramener vers les villes et la circulation

Finalement, la journée se passera relativement bien et Pat finira en 9h11mn, 45mn derrière Italo, un peu rassuré car il avait peur d'avoir concédé 1h30

Demain sera une petite étape : 43,3km

fosa

Sujet: Re: D 65 Mar 23 Aoû - 9:17

"la dernière semaine s'annoncedifficile" oui mais c'est la dernière Pat, tu vas y arriver à New York, tu vas voir la statue de la Liberté et je suis sûre que tu vas lever le bras comme elle, Yes! Bravo pour le courage que tu montres tous ces derniers jours . 😊

D 65

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 66

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 66 Mar 23 Aoü - 21:54





Deux coureurs de plus pour cette étape, Bérengère et David----- sur un très grand pont-----sur la ligne d'arrivée , les 3000étaient un peu plus tôt

Alex est papa d'une petite fille née hier

D 66 York- Lancaster 43,3 km

Ce qui devait être une petite journée, c'est terminé du moins pour Patrick en une journée de galères; Tout d'abord ce matin dès le départ, j'attends Pat vers le deuxième km sachant que le démarrage est difficile, je vois passer Rainer, puis Jenny, Markus et plus personne je remonte donc la course, trouve Alex qui marchait et personne d'autre, j'en déduis qu'ils se sont trompés de route, seule embûche possible, la bretelle d'entrée de l'autoroute, effectivement, je vois sur l'autre côté nos 13 coureurs (11 et deux membres de l'organisation qui se sont joints à cette petite étape) les plus rapides ayant déjà parcouru près de 4 km sur la mauvaise route. Il leur a fallu faire demi-tour et bien sûr du coup bouleverser l'ordre ("les premiers seront les derniers") Patrick, Italo et Bando ont dû accélérer car se sont eux que je retrouve en tête lors du retour à la bonne route, suivant Serge qui était allé moins loin. Mais peu de temps après, Pat se plaint énormément de sa jambe, puis il chute devant Gérard qui l'aide à se relever, il réussit finalement à rattraper Serge et à finir la course à ses côtés, mais il refuse de s'arrêter pour boire ou manger, de peur de ne pas pouvoir repartir, je lui donne donc en courant ses ravitos.

Italo lui a repris ses jambes à son coup et fini 58mn devant nos deux compères.

Aujourd'hui l'étape comprenait les 3000milles

Patrick, lui ne peut presque plus marcher en arrivant, nous espérons qu'un anti-inflammatoire va lui permettre de repartir

fosa

Sujet: Re: D 66 Mer 24 Aoû - 16:39

Patrick, accroche toi, plus que 200 miles ... Tu vas le faire c'est sûr! Le caddy du super marché c'est pas permis, mais est ce que Fabienne aurait le droit de te porter sur son dos ??? Pose la question on ne sait jamais. Quoi ? C'est Fabienne qui n'est pas d'accord? 🏆

Patrice

Sujet: Re: D 66 Mer 24 Aoû - 20:12

Allez Patrick, courage, plus que 3 étapes et c'est l'arrivée grandiose à NY 🏆
Bon, si tu te depeches t'aura peut-etre encore la chance d'y croiser DSK 😊

Ca cause de toi dans ton mensuel préféré UFO que j'ai acheté pour l'occasion, je cite :
"Patrick mène parfaitement sa barque pour le moment et se maintient en 2nde position au classement"
alors c'est pas le moment de flancher, on est tous derrière, alllllllezzzzzzzzzz 🙌🙌🙌

Patrice

josy hugo

Sujet: Re: D 66 Jeu 25 Aoû - 7:16

accroche toi !!!!! c'est formidable
aller Pat de tout coeur avec toi
bientot le compte a rebours tu vas le faire
courage Fabienne toi aussi tu merite des encouragements
bises a vous tous

D 66

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

D 67 68 69

Auteur

Message

Patrun

Sujet: D 67 68 69 Sam 27 Aoû - 5:08

Suite a un manque de temps, et de connexion disponible, voici rapidement quelques infos sur ces derniers jours.

Les journées sont un peu difficiles avec la douleur de Pat, même si cette avant dernière étape aura été plus "facile"

D67, Patrick est épaulé par Gérard cette journée, et bien que partis en derniers, ou presque, ils arrivent a la 5e place aujourd'hui.

D68 (82.2km), Patrick part en marchant, encadré par ces deux anges gardiens, Serge et Gérard, cependant, il ne réussi pas a courrir, et la progression est lente, et la douleur bein présente. 4h après le départ, seuls 15kms avaient été parcourus, sous des vagues de pluie. Un peu avant midi, il faut arreter, nous notons la position de Patrick sur la route, au 27e km, et l'emmenons aux urgences. On lui fait une piqure d'anti-inflammatoires, et on lui en prescrit. A 13h35, PATrick repart du 27e km, un peu mieux, nous comptons cela comme une journée a part entiere, de 55kms. Au final, Patrick termine a plus de 22h, soutenu par toute son équipe, Serge, et l'organisation. Il arrive un peu plus de 2h après la limite de temps. L'hotel se trouve a 18kms de l'arrivée, et le temps de repos sera très court.

D69 (76.3km) Patrick est "repeché" ce matin et reste docn dans le classement officiel de la course, il part doucement en marchant, et réussira a courrir. Il arrivera presque 1h30 avant le "cut-off", et finira donc bien cette course dans le classement officiel. Aujourd'hui les douleurs sont moins présentes. Demain sera le derneir jour de course, et l'arrivée a NY, si l'ouragan Irene nous laisse passer comme prévu. Patrick est plus détendu ce soir, il a fait sa course.

Départ demain a 5h heure locale

Patrick tient a remercier Serge, Gérard, et l'organisation, qui ont été la pour le motiver et l'aider a avance durant ces étapes difficiles, faisant preuve d'une grande solidarité.

josy hugo

Sujet: Re: D 67 68 69 Sam 27 Aoû - 7:38

J'en trouve pas les mots tellement cela parait irrealisable !!!!! devant la douleur
c'est magique et magnifique au déla de la performance sportive
c'est l'aspect humain qu'il convient de mettre en avant (la solidarité)
je ne cesse de répéter les meme choses
mais je le dirai encore une fois **BRAVO !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!**

PAT

josy hugo

Sujet: Re: D 67 68 69 Sam 27 Aoû - 8:43

J'espere que vous n'aurez pas a subire la colere de l'ouragan Irene

bises a tous

D 67 68 69

Forum gratuit | phpBB | Forum gratuit d'entraide | Signaler un abus | Créer un forum

D 70 The finish line - photos + VIDEOS**Auteur****Message****Patrun**

Sujet: D 70 The finish line - photos + VIDEOS Dim 28 Aoû - 15:05

Arrivée New-York

Ca y est, c'est fait, dans la souffrance pour les 4 derniers jours, des questions plein les têtes, Mais Patrick est arrivé à New-York sous une pluie battante avec pour seul objectif la ligne d'arrivée, luttant d'arrache pied pour sa place, même si Italo l'avait doublé comme une flèche au 27ème km(départs décalés) Pat avait souhaité partir avec les coureurs les plus lents, sa douleur l'ayant même empêché de dormir la nuit précédente, il est parti à 4:3 km/h sur la première heure de course, accompagné cette fois par Philippe .

Le moral en prend un coup lorsque son rival le double, puis il remonte juste avant le W. bridge lorsque David lui annonce une demi-heure d'écart avec Italo

Ils traverseront NY à 12 KM/h sans s'arrêter ravitos en courant sous la pluie relais entre Mathurin, Hugo et Lucile pour les photos et le guidage dans les rues.

Impossible de décrire l'émotion de l'ARRIVEE, et l'immense joie de tout son entourage, lorsque Laure nous annonce quelques instants plus tard qu'il est DEUXIEME avec 2mn d'avance, qui sont en fait 33mn d'avance

Pat remercie toutes les personnes qui l'ont soutenu par mail interposés ou directement sur place









pierre

Sujet: New York, New York !! Dim 28 Aoû - 15:48

Grand BRAVO Patrick, ça y est tu l'as réussi !!! Tu vas vite oublier les derniers jours de galère.

La deuxième place "en plus" le respect !!

Bravo aussi à Fabienne, c'est aussi une performance !!

A bientôt "chez nous".

Amitiés,
Pierre

Patrun

Sujet: Re: D 70 The finish line - photos + VIDEOS Dim 28 Aoû - 23:17

Ajout Photos + Vidéo arrivée

josy hugo

Sujet: Re: D 70 The finish line - photos + VIDEOS Lun 29 Aoû - 7:38

C'est une belle aventure
j'en trouve pas les mots devant l'exploit que tu as réalisé
j'ai des larmes plein les yeux
que d'émotions à l'arrivée c'est magique et super Fabienne je pense à toi aussi
Chapeau bas pour cette endurance mais aussi ta volonté immense des derniers jours
que l'on peut imaginer
place au repos et à la fête comme tu le mérites

BRAVO ENCORE ET ENCORE !!!!!!!!!!!!!!!!

jean-baptiste

Sujet: Re: D 70 The finish line - photos + VIDEOS Lun 29 Aoû - 21:03

Incroyable .. vraiment ya pas de mots .. j'en est les larmes aux yeux aussi .. RESPECT !!!!

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

jean-baptiste

Sujet: Re: D 70 The finish line - photos + VIDEOS Mer 31 Aoû - 20:11

bonjour à tous les 2

C'est avec un intérêt croissant que j'ai suivi, au quotidien, cette extraordinaire course

à travers l'Amérique: une admiration sans borne pour cet exploit!

Quel suspens en fin de parcours et quel courage pour finir.

J'ai attendu et vu l'arrivée avec beaucoup d'émotion.

RESPECT et FELICITATIONS !

Bon repos bien mérité.

Amitiés

Sylvie Faubel

Sois le changement que tu veux voir dans le monde !

D 70 The finish line - photos + VIDEOS

Sujets similaires

- » [Videos TSV/Police](#)
- » [MONACO; 20-28/11/2010: No Finish Line](#)
- » [menu photos/videos](#)
- » [renseignement site finish line](#)
- » [no finish line super jérôme](#)

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)

Résultat rapide Patrick

Auteur	Message
Patrun	<p>Sujet: Résultat rapide Patrick Sam 27 Aoû - 21:16</p> <p>C'est fait ! la ligne d'arrivée a été passée tout a l'heure.</p> <p>Après une étape de suspense, Patrick fini ... 2e ! 22min devant Italo</p> <p>Ce soir, petite "fête" pour l'arrivée.</p> <p>De plus amples informations dans le soirée (heure locale).</p>
Patrice	<p>Sujet: Re: Résultat rapide Patrick Sam 27 Aoû - 21:52</p> <p>Pffffiiiiou chapeau bas !!! Quel beau podium. 🙌🙌🙌</p> <p>Milles braves à tous les deux pour ces 2 mois 1/2 intense ! (et merci pour le suspens à la fin 🙌)</p> <p>Profitez bien ...</p> <p>A+</p>
erick	<p>Sujet: Re: Résultat rapide Patrick Dim 28 Aoû - 7:53</p> <p>bravo finishers douleurs+irène ... ça pas dû être facile bonne recup et à bientôt eric</p>
Benjamin ribet	<p>Sujet: Re: Résultat rapide Patrick Dim 28 Aoû - 8:54</p> <p>Félicitations pour ce podium et bonne récupération</p> <p>Milles BRAVO 😊</p>
laurent	<p>Sujet: Re: Résultat rapide Patrick Dim 28 Aoû - 11:39</p> <p>coucou patrick et fabienne et le restant de la famille</p> <p>felicitations pour ta 2eme place meme si la fin a ete tres dure bonne recup et surtout un dernier effort va t etre demande depechez vous car l ouragan irene arrive sur vous a grand vitesse boujou et bon vent</p>
josy hugo	<p>Sujet: Re: Résultat rapide Patrick Dim 28 Aoû - 17:59</p> <p>encore une fois Bravo !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! super !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! Genial !!!!!!!!</p> <p>reviens nous en pleine forme pour nous raconter toutes tes etapes EXTRAORDINAIRE</p> <p>LE PODIUM Chapeau bas Mr Malandain</p> <p>et a toi aussi Fabienne</p>

Résultat rapide Patrick

Sujets similaires

- » [RESULTAT DU RCDR - EQUIPE SENIORS](#)
- » [Discours de Patrick HUDE, Président du Comité Départemental de Gironde](#)
- » [Pour résultat rapide des match](#)
- » [1/8° DE FINALE TLM - NICE](#)
- » [6666 Occitane 2011](#)

[Forum gratuit](#) | [phpBB](#) | [Forum gratuit d'entraide](#) | [Signaler un abus](#) | [Créer un forum](#)