

LE MOT DE CLAUDY BENOIT

EDITO

La vérité !

La vérité quand tu cours depuis très longtemps et que c'est ta passion, c'est que tu ne sais pas réellement « lever le pied », tu ne sais pas réellement « t'écouter ». Tu sais que tu dois faire avec, que ton corps ne peut plus supporter les mêmes choses qu'autrefois et pourtant le plus souvent, tu t'obstines. Tu as de nouvelles douleurs, de nouvelles blessures et tu fermes les yeux. Ou plutôt tu t'adaptes. Tu fais au mieux. Tu compenses.

Dès que tu te remets de quelque chose, tu te dis que c'était rien et tu repars comme en quatorze. Comme si de rien n'était. Ou presque !

Mais à qui la faute ? C'est ta passion, c'est tout.

Quand tu as goûté au bonheur d'un long entraînement en solitaire ou entre potes, quand tu as franchi une ligne qui te semblait inaccessible, quand tu as partagé des moments si intenses que tu as dû mal même à l'expliquer, alors cela devient comme une drogue. Tu ne peux plus t'en passer.

Et finalement pourquoi ce que tu faisais l'année dernière, ou le mois dernier, tu ne pourrais plus le refaire l'année suivante ou le mois d'après ? Il n'y a pas de réponses tranchantes à ça. On sait juste que le corps vieillit. Mais pourquoi doit-on être vieux à 50 ans ou à 60 ou même à 70 ans ? Et puis il y a tous ces exemples de « champions » qui défient les règles et qui se jouent du temps. Alors on se dit « pourquoi pas nous » et on continue à courir. Jusqu'à plus soif...

Quand tu cours, dans ta tête rien n'a changé, tu es toujours celui « d'autrefois » avec ses objectifs et ses défis... mais dans ton corps, tout est plus compliqué. Il faut faire avec. Il faut faire au mieux.

La vérité, je vous le dis, c'est qu'on aimerait juste que cela ne s'arrête jamais. Juste ça !

Rémy Jégard

"Le Gard à domicile en 2026 !"



Si la date et le site des championnats de France de cross-country 2026, ne sont pas encore connus, les épreuves qualificatives pour cette épreuve, en Occitanie, sont déjà calées. Le quart de finale Languedoc se déroulera le 25 janvier à Rousson, et sera organisé par l'ACN Anduze, qui avait accueilli les championnats du Gard en 2024, sur un circuit boueux et sélectif, avec notamment les belles victoires en féminines de l'espoir Alésienne Julie Lafare (photo), et chez les hommes, celle du Lozérien Corentin Capelier. Pour le quart de finale ouest, c'est à Moissac (Tarn et Garonne) que les coureurs en découdront, également le 25 janvier. La grande demi-finale Occitanie, qui

s'était déroulée en février dernier à Rodez, est programmée le 8 février 2026 à Uzès, dans le Gard donc, sur l'inédit parcours tracé sur le site du Haras National d'Uzès. Enfin pour les championnats en relais, c'est à Plaisance du Touch (Haute Garonne), qu'il faudra mouiller le maillot le 7 décembre 2025 !

Claudy Benoît

www.runningmag.fr



Inscrivez vous en ligne pour le mois de juin sur www.chrono-start.com :

- Les Foulées de l'Isle, le 6 juin
- Le Trail du Soleil Couchant, le 7 juin
- Le Trail du Cagire, le 8 juin
- Le Desperado Trail, le 8 juin
- La Corrida de Cugnoux, le 13 juin
- Le Trail du Vignoble Gaillaicois, le 14 juin
- L'Ekiden de Cahors, le 14 juin
- Le Trail Rivières et Châteaux, le 15 juin

Running Mag est édité par la société RP Presse au capital de 2.000 F

2 Rte de la Balerne
81500 Teulat

Remy : Tél. 06 13 36 08 87
et Tél. Fixe. 05 31 22 66 24

E.Mail: runningmag@sfr.fr
Directeur de la publication : Rémy Jégard
Directeur de la Rédaction : R. Jégard

Ont collaboré à ce numéro :
- Krys - Christine Robert - Théo Montal - Jacques Raboisson - Pierre Garaudet - Thomas Francoual - Philippe Fourment

Impression : Messages
Imprimeur 31100 Toulouse
(Ce journal est imprimé dans le respect de l'environnement)
N° ISSN : 2739-5006
N° Commission paritaire : 0226K80535

Abonnement 1 an : 19 €
Abonnement de soutien : 76 €

Prix TTC aux taux de 2,10 %