

CHALLENGE L'AVENIR

La course, après son défi cycliste

Le Verviétois Carlos Acedo Sancho a entamé le jogging après avoir accompli un objectif majeur : relier Compostelle à vélo.

• Pierre LEJEUNE

C'est au terme d'un imposant défi que le Stembertois Carlos Acedo s'est lancé dans le jogging. À peine raccrochait-il son VTT que, déjà, il lançait ses chaussures de running.

«Auparavant je ne courrais pas beaucoup, je pratiquais beaucoup de vélo. Je n'ai commencé la course à pied qu'en 2013, via le Start to Run (5 km)», avance-t-il. Loin d'être dégoûté du vélo, c'est au contraire à l'arrivée d'un challenge personnel qu'il se décide à intégrer... un autre Challenge. «J'ai fait, en juillet 2013, le chemin de Compostelle. J'ai parcouru les 1 200 km qui séparent Saint-Jean-Pied-de-Port (France) de Saint-Jacques-de-Compostelle (Espagne), je suis descendu jusqu'au cap Finisterre et cela m'a pris 10 jours. Avec cette épreuve, j'avais récupéré une bonne condition physique. Assez pour me lancer dans les joggings. C'était parfois compliqué parce qu'on passait des orages à des journées de 40 degrés. Ce voyage m'a appris beaucoup de choses sur la vie. On reste fort seul et on pense à beaucoup de choses sur le travail, la vie, les courses, etc.»

Avec des étapes de 120 km, en moyenne, Carlos Acedo a pu découvrir une Espagne qu'il retrouve chaque année lors de nombreux voyages.

Carlos Acedo Sancho a laissé le vélo pour la course à pied. Après une saison 2015 mitigée, il revient en force pour 2016.



Foto Philippe Labeyrie

«À la base, je suis originaire de Pampelune, au Pays Basque. Avec le vélo, j'ai traversé cette région et j'en ai profité pour faire le détour par Acedo, le village d'origine de ma famille pater-

nelle.»
Aujourd'hui, le vélo est quelque peu rangé... ce qui n'est pas le cas du carnet de voyage. «Je vais régulièrement en Espagne. Au nouvel an, nous en avons

d'ailleurs profité pour faire un jogging de 10 km dans le centre de Madrid. C'est idéal pour visiter la capitale, même si je conseille de l'éviter en période de fêtes. La plus belle ville espagnole ? Barcelone ! J'ai découvert La Corogne il y a peu, c'est également très beau et très agréable. Parfait pour un city trip.»

Le Verviétois, qui a passé ses vacances dans le nord de l'Espagne («on a refait deux étapes du chemin de Compostelle à pied, 40 km en deux jours»), reprendra la route du soleil dans les prochains mois. «J'aimerais découvrir Séville. Nous irons avec un ami en Italie pour les grandes vacances mais l'Espagne fera encore partie du programme», conclut celui qui est plombier zingueur à Spa. ■

«La blessure, c'était compliqué»

Avec 8 courses au compteur, Carlos Acedo a connu une année... compliquée. «Je me suis blessé pendant sept mois, je n'ai pas pu beaucoup courir cette année. Mais on recommence doucement avec le Start to Run 10+. Ce sera l'idéal pour recommencer le Challenge avec de bonnes bases en 2016. Ma blessure au mollet ne fut pas facile à supporter... On prend du poids, on perd de la motivation... Mais c'est reparti.»

L'an prochain, Carlos compte bien recourir quelques-unes de ses courses fétiches comme Lambermont, Butgenbach, La Minerie ou encore le semi-marathon de Herve. «En 2015, il y aura encore le jogging de Nivezé. Normalement, je vais le faire avec un groupe de handicapés, pour les soutenir. Ce sont mes collègues qui organisent ce jogging et il nous tient à cœur. Surtout depuis le décès tragique d'un coureur en 2013, nous étions tous très choqués.»

CLASSEMENT

Espoirs filles 1. Margaux Rompen : 9193 ; 2. Chloé Brevet : 7210 ; 3. Émilie Thonnard : 5564.

Dames 1. Véronique Fettweis : 10582 ; 2. Astrid Vliegen : 8045 ; 3. Sarah Lorquet : 7717.

Ainées 1 1. Gaby Andres : 11079 ; 2. Aline Pesser : 9933 ; 3. Cynthia Sente : 8811.

Ainées 2 1. Sylvie Lorquet : 8289 ; 2. Martine Carabin : 7822 ; 3. Anne Pons : 7754.

Ainées 3 1. Gerty Weber : 4076 ; 2. Gilberte Weber : 3683 ; 3. Sonia Plunus : 3534.

Espoirs garçons 1. Tiziano Foguene : 11430 ; 2. Thomas Deloyer : 10940 ; 3. Timothy Busch : 10290.

Seniors 1. Ludwig Lefebvre : 12210 ; 2. Frédéric Herzet : 12195 ; 3. Nicolas Schyns : 12179.

Vétérans 1 1. Benoît Bronlet : 12040 ; 2. Didier Lopez-Nava : 11946 ; 3. Wally Walraff : 11901.

Vétérans 2 1. Daniel Denooz : 11876 ; 2. Didier Pohl : 11861 ; 3. Alain Woolf : 11142.

Vétérans 3 1. Jean Dessouroux : 10497 ; 2. Pierre Brouwier : 10390 ; 3. Christian Jaspar : 10296.

Vétérans 4 1. Helmut Weynand : 6981 ; 2. Paul Vandenberg : 3280 ; 3. José Dahm : 2964.

Vétérans 5 1. Paul Defays : 103.

Challenge l'avenir Venez participer à notre jogging de

Samedi
3
octobre

16h00

Gemmenich

Jogging de Plombières

Renseignements :
0494/41 86 55

Plus d'infos sur :
www.challengelavenir.be
ou **challengelavenir@gmail.com**



Avec le soutien de

Le seul jogging... International !

Ce samedi, à 16 h, les coureurs participeront au seul jogging international du Challenge l'Avenir Verviers. En effet, les 10,8 km du jogging de Plombières (Gemmenich, au départ du hall sportif de la rue César Franck) offrent une petite incursion en Allemagne pour ce parcours unanimement apprécié. «Ça reste le plus beau parcours de la saison, annonce fièrement Marc Belleflamme, organisateur. Ce jogging est un peu plus long que la moyenne (NDLR : 9,95 km sur les 52 courses, 9,32 km si on exclut les trois semi-marathons) mais nous avons l'avantage d'être en grande partie dans les

bois, sur des terrains pratiques.»
Et le Plombimontois d'expliquer le parcours. «On va jusqu'à la Tour des Trois Bornes, ce qui nous permet de faire quelques mètres en Allemagne. Les trois premiers kilomètres sont en côte mais il n'y a pas de mur ou de pourcentage important, c'est roulant. La descente dans les bois fait plus ou moins la même longueur. Ce sont des allées centrales, très propres avec un sol bien drainé. Ce n'est pas une course boueuse mais bien un vrai jogging lisse, rapide et sécurisé. Et le tout se déroule sur des sentiers protégés ou très peu fréquentés.»
Un jogging à découvrir, donc. ■ **P.lj.**