

CHALLENGE  
L'AVENIR

## Gary Delvaux court jusqu'en Inde

Le joggeur Gary Delvaux est un véritable sportif.

Même en voyage d'affaires en Inde, il se lève à 5 h 30 pour son entraînement jogging.

Gary Delvaux devant le Taj Mahal.

Direction : les  
Alpes en 2016

Comme la plupart des coureurs qui apprécient un mélange de longues distances et de nature, Gary Delvaux s'est senti poussé vers les trails. Les Grimpettes d'Heusy, À travers Olne, les Crêtes de Spa ou encore le trail des 600 Boitieux, autant de courses déjà parcourues par le Pepin. « J'ai aussi fait les 32 km du trail des Lacs et Château, c'est actuellement ma plus grande distance. Ceci dit, je suis inscrit sur les 33 km du trail de Theux en septembre... La saison prochaine, je compte approfondir l'expérience du trail en faisant, pourquoi pas, Spa-Olne. Je souhaite également m'inscrire sur une course dans les Alpes mais je ne sais pas encore laquelle. Une course de montagne, c'est vraiment un objectif que j'aimerais réaliser en 2016. Il va falloir que je regarde sur quelle course je peux m'inscrire », ajoute le coureur.

## CLASSEMENT

**Espoirs filles** 1. Margaux Rompen : 9032 ; 2. Chloé Brevier : 6444 ; 3. Émilie Thonnard : 3986.

**Dames** 1. Véronique Fettweis : 10429 ; 2. Julie Radermecker : 7523 ; 3. Sarah Lorquet : 7226.

**Aînées 1** 1. Gaby Andres : 10988 ; 2. Aline Pesser : 9925 ; 3. Anne-Sophie Demoulin : 7919.

**Aînées 2** 1. Sylvie Lorquet : 8165 ; 2. Martine Carabin : 7679 ; 3. Anne Pons : 6318.

**Aînées 3** 1. Gerty Weber : 4024 ; 2. Gilberte Weber : 3630 ; 3. Sonia Plunus : 2118.

**Espoirs garçons** 1. Tiziano Foguene : 11430 ; 2. Thomas Deloyer : 10719 ; 3. Timothy Busch : 10290.

**Seniors** 1. 2. Nicolas Schyns : 12150 ; 2. Frédéric Herzet : 12141 ; 3. Ludwig Lefebvre : 12128.

**Vétérans 1** 1. Benoît Bronlet : 12028 ; 2. Didier Lopez-Nava : 11946 ; 3. Wally Walraff : 11828.

**Vétérans 2** 1. Didier Pohl : 11792 ; 2. Jean-Marc Lorquet : 11097 ; 3. Charly Bogaert : 10921.

**Vétérans 3** 1. Jean Dessouroux : 10325 ; 2. Pierre Brouwier : 10271 ; 3. Christian Jaspar : 10112.

**Vétérans 4** 1. Helmut Weynand : 6863 ; 2. Paul Vandenberg : 3212 ; 3. Helmut Henz : 1999.

**Vétérans 5** 1. Paul Defays : 103.

• Pierre LEJEUNE

Entre le Pepin Gary Delvaux et le sport, c'est une véritable histoire d'amour. Une histoire commencée sur la terre battue en bord de Hoëgne.

« Cela fait 15 ans que je joue au tennis, avance-t-il. Je fus classé B4 mais je n'avais plus trop envie de compétition et j'étais un peu lassé de ce sport. Je joue toujours un petit peu pour mon plaisir mais j'avais envie de changer de sport. Comme des amis pratiquaient de la course à pied, je me suis naturellement dirigé vers le jogging. »

En 2011, il étrenne ses running sur les chemins de la région. Un an plus tard, il entame ses premiers joggings. « Cela fait un peu plus de deux ans que je participe aux joggings. Ma distance préférée ? Un 15 kilomètres ! Cette saison, mon unique but était de réaliser de meilleurs résultats par rapport à la saison passée. »

Pour y parvenir, Gary s'adonne à différentes pratiques qui améliorent sa condition physique. La moto, au guidon d'une Kawasaki Z800, ou le VTT sont autant de domaines explorés dès que le temps le lui permet. « Je roule sur un Specialized Fuel Ex lors de certaines randonnées du dimanche matin. La moto, c'est vraiment lorsque je

trouve du temps pour aller rouler », évoque-t-il. Il s'adonne aussi à plusieurs entraînements de joggings par semaine. Trois ou quatre sorties hebdomadaires sont nécessaires, et ce malgré un emploi du temps relativement chargé. « Je suis employé commercial pour Indumet à Bressoux. Mon métier m'a permis d'aller plusieurs fois en Inde. On fait plusieurs villes pour rencontrer les clients. Moi qui aime les voyages, j'ai ainsi

pu découvrir le Taj Mahal et Dubaï. Je pars environ deux fois par an. » Des voyages qui rendent parfois compliqué l'entraînement d'un coureur. « L'avantage de l'Inde, c'est qu'on peut y aller 50 fois qu'il restera toujours des choses à découvrir. En revanche, c'est assez compliqué d'y courir... Sauf sur un tapis dans une salle. C'est un pays où il faut très chaud et humide. Il m'est arrivé d'aller faire le tour d'un champ de course pour chevaux à Mumbai mais,

pour que ce soit respirable, il faut sortir à 5 h ou 5 h 30. Après, cela devient impossible en raison de l'air chaud et de la pollution. Franchement, pour courir, on est heureux ici dans la région. On respire bien et il fait propre. »

Un bonheur d'autant plus perceptible lorsque l'on court « à domicile », comme c'est le cas ces derniers temps pour Gary avec les joggings de Lambermont et Pempinster. ■

Challenge  
l'avenir



Venez participer  
à notre jogging de

Vendredi  
**21**  
août

19h15

**Verviers**

Jogging de Lambermont

Renseignements :  
**0496/12 69 30**

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



Avec le soutien de



ANTYBOC

Retour à Verviers  
pour le Challenge

Après des escapades de Jalhay et Baelen, le Challenge revient sur son sol verviétois avec la manche lambermontoise, une épreuve qui retrouve de l'ampleur.

Benoît Schoonbroodt, Monsieur Challenge, nous présente cette course qui allie asphalte et chemins dans les bois. « On démarre sur le dessus de Lambermont, après l'église (pour ne pas commencer par un pic). On va vers le manège et on réalise un triple droite pour, après un kilomètre, revenir dans le centre de Lambermont (ce qui permet aux spectateurs de retrouver les coureurs). Ensuite, nous descendons dans la cité (avenue de l'Europe) et nous

prenons discrètement la direction de Delacre. Au rond-point de chez Delacre, les coureurs sur le 4 km (une nouveauté de cette année) remontent vers Lambermont. Ceux qui courent le 8,5 km continuent sur Wegnez. C'est très roulant jusqu'à la côte de l'ancien Postay. Les joggeurs montent ce chemin et prennent directement à droite pour près de 4 km dans les bois de Lambermont. Pour le moment, le bois est super-agréable, il est très sec. Ces deux boucles permettent de varier le jogging. On revient dans le centre de Lambermont via la fête, tout le monde nous attend (on se croirait à la fin du jogging de Verviers). » Le départ sera donné ce vendredi à 19 h 15. ■