

## CHALLENGE L'AVENIR

# La gazelle profite de chaque instant

La Spadoise Mireille Lofgen ne court pas après les chronos. Son but, c'est l'ambiance... et du temps pour elle, maman de quatre enfants.

● Pierre LEJEUNE

**M**ireille Lofgen a rencontré le jogging aux barrières de l'école de Nivezé, il y a deux ans, à peine.

« C'est grâce à une maman de l'école de Nivezé. Elle souhaitait perdre deux ou trois kilos et nous avons lancé notre Start to Run, entre parents. Nous étions cinq ou six mamans, dont Sabrina Ruiz Dominguez, en juillet 2013. On a commencé par le tour du lac de Warfaaz, tranquillement. Je voulais entretenir ma forme à l'approche des 40 ans. » Comme souvent, le doigt était dans l'engrenage, il était déjà trop tard. « Je ne pensais pas être une sportive mais je me suis prise au jeu. L'avantage de la course à pied, c'est qu'on peut en faire où on veut et quand on veut. Nous avons lancé les Start Ladies (avec Adeline Manset, Sabrina, etc.), un groupe qui existe toujours mais que j'ai quitté il y a un an car je souhaitais partir à la recherche du plaisir. Je ne suis pas trop dans la compétition ni dans la recherche d'un temps. Je préfère regarder les paysages et courir avec des gens, tranquillement. Il faut prendre le temps de se poser, de profiter de la nature. Depuis un an, je cours avec les "Cailles qui courent" de Sart. Les filles m'appellent la gazelle parce que je peux partir vite quand j'en ai l'envie. »

Des accélérations que la coureuse ne s'offre qu'à l'occasion, plutôt adepte des moments de répit dans un quotidien effréné. Surtout lorsqu'on dirige toute

Mireille Lofgen colle à un des principes de son employeur, la mutualité chrétienne : la recherche du bien-être.



Foto Philippe Labeyrie

une petite famille. « Je suis maman de quatre enfants, ce n'est pas toujours évident point de vue timing. Mais il faut prendre du temps pour soi. Comment concilier les deux ? À un moment, il faut se permettre de se faire plaisir et dire aux enfants que maman prend du temps pour elle. Le

jogging permet aussi de décharger le stress, ce qui est bien pour toute la famille. Mais il faut savoir partir avec modération. »

Et les enfants emboîtent naturellement le pas puisque trois d'entre eux sont impliqués dans un sport. « Celui de 16 ans joue au

football. Mon second n'est pas sportif mais il sait courir. Ma fille de 12 ans court très bien. Et mon dernier de 7 ans joue également au football. On se rend tous compte que l'activité sportive est importante, même si on reste sur un créneau farniente pour les vacances. En parlant de mes enfants, je suis aussi une grande supportrice de football. Je suis impliquée à Sart via la commission des jeunes et je vais les voir le samedi, peu importe la météo. Cela fait du bien de prendre l'air et le foot préserve un côté convivial et social... surtout à cet âge-là. Je vais aussi de temps en temps au Standard ou au basket. C'est important de prendre le temps de faire ce qu'on a envie de faire, de profiter de chaque instant », sait la Spadoise qui, depuis janvier, compte bien respecter cette nouvelle ligne de conduite. Une ligne bénéfique et essentielle. ■

### CLASSEMENT

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

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

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

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

**Aînées 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.

### Après Verviers, les Crêtes ?

Mireille Lofgen aime les courses où règne une ambiance de feu, comme à Welkenraedt en février. Elle recherche aussi les paysages, ceux de Cornesse, de Sart-Station... Ces courses lui permettent également de retrouver des anciennes connaissances. Comme beaucoup, son premier objectif était Verviers. « Le Grand Jogging, c'est une expérience qu'il faut faire au moins une fois dans sa vie. Ces

gens qui vous applaudissent sur l'ensemble du parcours, ça donne une telle énergie ! C'était notre premier but, on l'a réalisé après 11 mois. » En tant que Spadoise, il manque encore les Crêtes au palmarès. « Je n'ai pas encore eu le courage... J'ai fait la corrida mais je n'ai pas osé me lancer sur les Crêtes. Pourquoi pas en avril 2016, mais il faudra que je m'entraîne parce que je n'ai pas encore fait plus de 13 km. »

## Cinq courses et autant d'inconnues

Le Challenge ne compte plus que cinq courses (Gemmenich le 3/10, Manahant le 9/10, Nivezé le 17/10, Herve le 24/10 et Spa le 20/11). Pourtant, cinq classements peuvent encore basculer, d'autant que Manahant et Nivezé sont des manches bonus (+ 15 points).

Si tout semble joué dans les catégories Espoirs Filles (le podium est connu), aînée 1 (avec Gaby Andres), Espoirs Garçons, Vétérans 1 (le classement est immobile depuis le 10 juillet), Vétérans 3 (à moins d'une énorme surprise), Vétérans 4 et Vétérans 5, des incertitudes planent sur les autres catégories. En effet, certaines positions peu-

vent encore être modifiées alors que les coureurs ont parcouru 460,4 km sur les 519,2 km que compte la saison (soit 89 % de la distance totale).

**1. Dames** On s'y attendait Astrid Vliegen est revenue en boulet de canon : la 2<sup>e</sup> place est dans la poche. Le suspens demeure présent pour la 3<sup>e</sup> place. Julie Radermecker n'a peut-être pas dit son dernier mot et Sarah Lorquet risque de sentir son souffle (71 points séparent les deux coureuses dont 30 points bonus).

**2. Aînées 2** Si Sylvie Lorquet a course gagnée, Martine Carabin et Anne Pons pourraient encore se li-

vrer une jolie bagarre. Les deux dames se sont affrontées sur 9 courses. Martine Carabin a remporté les six premiers duels tandis qu'Anne Pons s'est offert les trois derniers combats (Baellen, Lambermont et Pepinster). Qui aura le dernier mot ?

**3. Aînées 3** Le général en Aînées 3 n'a jamais été remis en question... Jamais, jusqu'au retour de Sonia Plunus, absente 25 semaines ! La Malmédienne revient fort et pourrait remonter vers le sommet, mais ce sera compliqué de revenir sur Gerty Weber.

**4. Seniors** La catégorie reine se joue entre trois rois : Ludwig Lefebvre,

Frédéric Herzet et Nicolas Schyns. Intrinsèquement, le premier est le plus fort. En tête, il réalise une saison remarquable et vient de boucler sa 12<sup>e</sup> victoire. Pour peu qu'il prenne encore ses points de fidélité (il se fera sans doute plaisir chez lui à Nivezé et Spa), le titre est acquis. Le Hervien Nicolas Schyns peut rêver d'un échelon supplémentaire mais il lui faudra distancer de plusieurs places Fred Herzet en finissant 1<sup>er</sup> ou 2<sup>e</sup> sur les dernières manches... Dur objectif, surtout qu'il fut derrière le Welkenraedtois (en forme) lors des dernières confrontations. Enfin, un Luc Michel pourrait venir pimenter la fin de saison mais le podium semble bien loin.

**5. Vétérans 2** Quinze points séparent le Hervien Daniel Denooz de Didier Pohl, la bataille fait rage ! Toutefois, le premier cité pourrait s'envoler au jeu des bonus puisqu'il n'a pas atteint ses 6 courses. On ajoutera aussi que Daniel Denooz a remporté 13 de ses 15 courses (devancé par C. Doupagne, S. Colson et M. Vrancan au Crêtes ; par N. Essabri au jogging des Cerises). Pour la troisième place, les 21 points d'avance que compte Alan Woolf sur le Theutois Jean-Marc Lorquet suffiront certainement, d'autant qu'ici aussi il reste des points bonus à glaner pour le coureur de Donceel. ■ **P.lj.**