



De l'avenue des Champs-Élysées
à l'avenue Foch, en passant
par Bastille, Nation, Vincennes,
24 collaborateurs d'i-BP
parmi les 35 000 marathoniens
inscrits, s'élanceront
le dimanche 9 avril 2006
pour la 30^e Edition
du marathon de Paris.

les foulées d'i-BP



Les marathoniens de Dijon.

De g. à dr. : Cédric Wecker et Alain Gimenez.



Les marathoniens de Lyon.

De g. à dr. : Sébastien Bachelard, Jean-François Madoulet, Eddie Lèbre et Fabrice Turquois.



Les marathoniens de Versailles-Morangis.

De g. à dr. : Régis Cavarro, Thierry Hidoine, Nicolas Ma, Thierry Guilbaud, Christophe Pépin, Carl Germain, Xa Muracciole et Alex Tamisier.



Tout a commencé en 1990, lorsque j'ai voulu arrêter de fumer et reprendre une activité physique. Mon premier footing ne dépassait pas les 200 mètres ! Puis, rapidement, la course à pied est devenue ma nouvelle drogue, un palliatif à la cigarette ! Après mon premier marathon (marathon de la côte d'Amour) en octobre 2004, ma première pensée a été : *"c'est un truc de fou, on ne m'y reprendra plus"* et le lendemain,

les jambes encore un peu raides, je me demandais où j'irais courir le prochain ! Pour 2006 ça sera le marathon de Paris et c'est avec quelques mordus venus de tous les sites i-BP que nous irons fouler le pavé parisien.

Nous serons 24 : 2 Dijonnais, 3 Nantais, 4 Lyonnais, 5 Toulousains et 10 Parisiens des sites de Versailles et Morangis. Ce

sera une première expérience pour quatre d'entre eux. Les autres compétiteurs sont de niveaux relativement homogènes, avec des performances variant de 3h30 à 4h17. Les préparatifs ont démarré avec leurs lots d'interrogations. La direction a accueilli avec enthousiasme ce projet faisant appel à la fois à des qualités humaines individuelles et à l'esprit d'équipe et participera aux frais d'engagements et d'équipements. Les comités d'établissement apporteront aussi un soutien financier. Une fois les aspects logistiques réglés, place aux entraînements. A chacun son plan. Pour réussir, il n'y a pas de recette miracle, juste du travail sérieux. Pendant les 8 à 12 semaines précédant la course : du "foncier" 60 à 80 km par semaine et du "fractionné" pour travailler l'allure, sans forcer pour ne pas se blesser. Le jour J, au fil de la course, des groupes se formeront en fonction des allures de chacun pour aller jusqu'au bout de l'effort et boucler ces fameux 42,195 kms !

Jean-Pierre Dussart



En médaillon :
Pascale Ben-Aïm et
Jean-Marc Rolland.



Les marathonniens de Toulouse.

De g. à dr. : Philippe Jorro, Patrick Antonino, Martine Wauquier, Jean-Michel Dorsz, Franck Thédié.



Les marathonniens de Nantes.

De g. à dr. : Jean-Pierre Dussart, Philippe Fresnais et Jean-Yves Fievet.