

Newsletter des Coureurs du Coeur

N°20 / Août 2007

« La valise du Cœur »



Vous ne l'avez pas vu ou presque pendant l'été... C'est normal : comme tout un chacun, le maillot des Coureurs du Cœur a pris sa valise et est parti en vacances. Plus branché sport et rando que farniente, il aura choisi des vacances essentiellement orientées « étranger » et « montagne », même si la côte Atlantique l'a aussi accueilli...

En effet, alors que la période d'été est généralement plus calme, le maillot des Coureurs du Cœur aura parcouru pendant ces deux mois d'été pas moins de 5 pays avec la France, l'Islande, la Norvège, l'Italie et la Suisse.

De nombreux kilomètres et de grosses dénivelées au programme, avec notamment le Raid des Trolls (171km par étapes et 6000m de dénivelée +), le Trail des 2 Lacs (22km et 1100m de dénivelée +), la Courmayeur-Champex-Chamonix (86km et 4500m de dénivelée +) et l'Ultra Trail du Mont Blanc (163km et 8900m de dénivelée +), soit **la bagatelle de 442km et 20500m de dénivelée positive seulement pour ces 4 courses !!!**

Vous aurez peut-être quand même croisé le maillot des Coureurs du Cœur en France, notamment si vous étiez du côté des Pyrénées Orientales, où José-Yves André est plus que jamais leader du challenge des Coureurs du Cœur au nombre de courses effectuées. La barrière des 10 courses est maintenant loin derrière lui, et au rythme où il enchaîne les épreuves, la 20^{ème} course de l'année devrait bientôt être là.

Entre temps, notre tour de France des Coureurs du Cœur se sera encore enrichi de quelques départements (41, 44, 85 et 48) alors que le compteur aura passé la barre des 4000km. (4045 au 7 septembre)

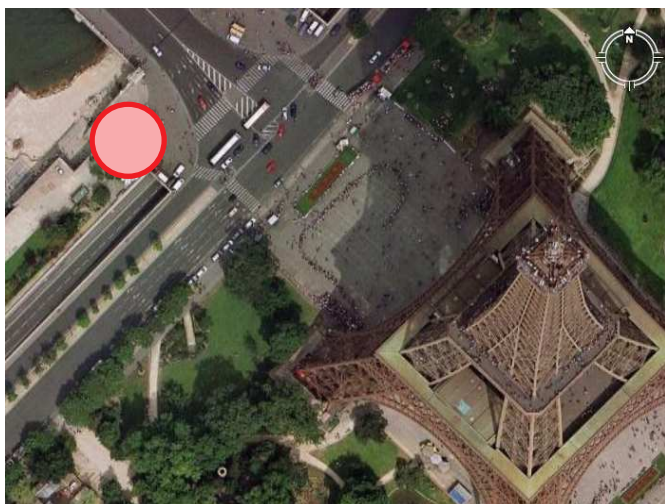
Les deux gros rendez-vous parisiens de l'automne :



On fêtera le 30 septembre prochain les 30 ans de Paris-Versailles, alors que les 20km de Paris se dérouleront 15 jours plus tard.

Deux gros évènements sur la région parisienne auxquels quelques Coureurs du Cœur ont dors et déjà annoncé vouloir participer.

On n'oubliera pas pour autant la célèbre « Parisienne » qui se déroulera le week end du 15 septembre, même si aucune Coureuse du Cœur n'a pour le moment annoncé y participer cette année.
<http://www.la-parisienne.net/index.php>



Pour le Paris-Versailles, les départs se feront à partir de 10h du pied de la Tour Eiffel. (<http://www.parisversailles.com/accueil.php>)

Pour les 20km de Paris, le départ aura lieu à 10h sur le point d'Iéna, face à la Tour Eiffel. (<http://www.20kmparis.com/web/home.asp>)

Pour ces deux courses, pour les coureurs qui le souhaitent, nous pourrions nous retrouver devant le kiosque à l'entrée du pont d'Iéna, coté Tour Eiffel, pour un échauffement en commun à 9h, et même un départ commun dans le cas du Paris-Versailles.

La Gentleman du Cœur



Comme annoncé dans la dernière Newsletter, le Gentleman du Cœur aura lieu entre 14h et 17h le samedi 29 septembre sur le circuit de Longchamp en présence de nombreuses personnalités et professionnels.

Inscriptions et renseignements sont disponibles sur www.mecenat-cardiaque.org

L'annuaire des Coureurs du Cœur

Petit à petit, l'annuaire des Coureurs du Cœur commence à se remplir. Ce sont maintenant 22 coureurs qui y figurent. La mise à jour et la maintenance du site ayant repris, n'hésitez pas à continuer d'envoyer vos fiches d'identité.

Et si l'annuaire permet avant tout aux coureurs d'apprendre à connaître les autres membres du club, il présente également l'avantage majeur d'être un moyen d'expression qui permet de connaître vos attentes. Concernant le site internet, on retrouve notamment la mise en place d'un forum afin de permettre aux Coureurs du Cœur d'échanger et une rubrique plans d'entraînement.

Une bonne nouvelle : un gros projet de refonte de notre site vient de débuter. Si aucun planning n'y est encore associé, l'ambition serait de pouvoir présenter un site plus interactif à partir du 1^{er} janvier. Pourquoi cette date ? Tout simplement parce que cela permettrait d'avoir ce nouveau site internet pour le début des préparations spécifiques au marathon ou au semi-marathon de Paris.

Parmi les idées à l'étude, figurent un forum, des plans d'entraînement, un moyen pour les coureurs d'entrer leur résultats sur le site ainsi que de mettre à jour leurs données personnelles, et une approche plus interactive du marathon de Paris.

A ce jour, cela ne veut pas dire que toutes ces pistes pourront être retenues, mais leur faisabilité sera envisagée. Dans notre prochaine Newsletter, nous reviendrons plus en détail sur les solutions qui seront retenues. **D'ici là, nous attendons vos remarques, demandes et propositions, afin de les intégrer dans cette étude de faisabilité.**

Agendas - rappel

Le 9 septembre prochain auront lieu les Foulées de Villers 2007. Cette épreuve sera accessible à toutes et à tous avec des courses sur 1000m, 2000m, 5km, 10km et 20km.

Une autre bonne raison de participer à cette épreuve est qu'un euro sera reversé à Mécénat Chirurgie Cardiaque sur chaque inscription à la course. Et comme en plus le département de l'Oise (60) n'a pas encore été visité par les Coureurs du Cœur cette année... à vos baskets !

Plus de renseignements sur <http://www.foulesdevillers.com/>

Marathon de Paris

Ca y est, les inscriptions pour le marathon de Paris 2008 ont démarré. Sachant que le nombre maximum de participants est atteint de plus en plus tôt chaque année, ne perdez pas de temps pour vous inscrire !
http://www.parismarathon.com/marathon/2008/fr/r1_infos.html

Comme chaque année, le marathon de Paris sera un évènement majeur pour le Club des Coureurs du Cœur, puisqu'il représente une vitrine formidable pour notre action. Nous y reviendrons plus en détail au cours des prochaines newsletters, mais sachez déjà que l'opération de vente des maillots et le relais des personnalités du Cœur seront maintenus en 2008. Quelques autres évènements viendront s'y greffer, sur lesquels nous reviendrons au fur et à mesure de leur mise en place.

Les inscriptions pour le semi-marathon ont-elles aussi débuté :

<http://www.parismarathon.com/semi/2008/fr/index.html>

Pour chacune de ces deux courses, merci de nous faire savoir si vous êtes inscrits et si vous participerez en portant le maillot des coureurs du Cœur, afin de faciliter le suivi de nos différents challenges.

Triathlon

Le Club des Coureurs du Cœur compte un nombre non négligeable de Triathlètes, dont plusieurs ont déjà émis le souhait de participer ensemble à un évènement sous les couleurs de Mécénat Chirurgie Cardiaque.



Nous chercherons donc à organiser un ou deux regroupements en 2008. La première étape consiste donc à répertorier l'ensemble des coureurs potentiellement intéressés pour définir ensemble la course sur laquelle nous souhaitons organiser ce regroupement et le format choisi.

Etant donné notre dispersion géographique, un regroupement sur un format long pourrait être plus « facile », un déplacement long étant plus facilement acceptable pour une course de 8h que pour une course de 2h, même si en revanche, un format court permet de le rendre accessible au plus grand nombre.

Une course comme Embrun pourrait être un bon compromis, puisque située en plein mois d'août et pouvant servir de cadre à des vacances, et comportant à la fois un format court et son mythique longue distance. Mais d'autres belles épreuves méritent aussi que l'on s'y attarde...

Si vous êtes potentiellement intéressés, merci donc dans un premier temps de nous le faire savoir à l'adresse habituelle webmaster@coureursducoeur.com et nous définirons ensuite ensemble la façon dont nous pourrions nous organiser .

Le maillot des Coureurs du Cœur

A ce jour, il reste environ 200 maillots des Coureurs du Cœur 2007, essentiellement dans les petites tailles.

Continuez donc à le faire savoir autoir de vous, l'objectif étant qu'il ne reste **PAS UN** maillot d'ici la fin de l'année.

Du côté d'un de nos sponsors

Nous avons une pensée pour l'un de nos sponsors, la Banane de Guadeloupe et Martinique, durement touché par le cyclone Dean, comme l'explique Mr Christian Choupin sur le site internet de notre partenaire : <http://www.bananguadeloupemartinique.com/>

« La production bananière en Martinique est totalement détruite, totalement anéantie, et la production en Guadeloupe est extrêmement touchée, à 80% »

Nous sommes de tout cœur avec la Guadeloupe et la Martinique et vous souhaitons beaucoup de courage et de patience pour la reconstruction.

MCC s'étend

L'heure est à la décentralisation pour Mécénat Chirurgie Cardiaque, puisqu'en plus de Paris, des enfants sont maintenant opérés à Angers, Bordeaux, Lyon, Marseille, Toulouse...

Ces villes sont autant de possibilités supplémentaires de pouvoir opérer des enfants, mais évoquent également pour tout coureur sur route le marathon du Médoc, le Marathon de Lyon, La Sainté-Lyon, Marseille-Cassis, le marathon de Toulouse...

Alors que de nombreux coureurs souhaiteraient voir plus de regroupements en province, cette décentralisation pourra être l'occasion de vous proposer pour 2008 un calendrier des plus belles courses se déroulant dans les villes où Mécénat Chirurgie Cardiaque est présente. Participer en groupe à une belle course par ville est aussi un moyen de mettre en valeur l'action locale de Mécénat Chirurgie Cardiaque

Les challenges des coureurs du coeur

Classement au nombre de kilomètres

Géraud MOUSNIER	360,78km	6 courses
Marie-Christine MEUNIER	271,10km	3 courses
José-Yves ANDRE	236,69km	15 courses
Patricia BARSANTI	152km	2 courses
Jean-Pascal AMBLAT	146,58km	7 courses
Corinne DUCREUX	133,292km	5 courses

Classement au nombre de courses

José-Yves ANDRE	236,69km	15 courses
Danièle GRELOT	122,29km	8 courses
Jean-Pascal AMBLAT	146,58km	7 courses
Sylvain CHARREYRE	129,4km	7 courses
Géraud MOUSNIER	360,78km	6 courses
Corinne DUCREUX	133,292km	5 courses

Félicitations toutes particulières à José-Yves ANDRE qui totalise depuis le 1^{er} janvier 15 épreuves courues avec le maillot des Coureurs du Coeur !! S'il peut prétendre arriver à la vingtaine d'épreuves d'ici à la fin de l'année, plusieurs autres coureurs devraient dépasser la dizaine d'épreuves.

Du côté du Tour de France des Coureurs du Coeur, ce sont maintenant 29 départements qui ont été visités depuis le 1^{er} janvier, auxquels s'ajoutent de nombreux pays (Norvège, Islande, Allemagne, Suisse, Italie, Grande Bretagne, Maroc, et on nous annonce encore au moins la Grèce d'ici la fin d'année)

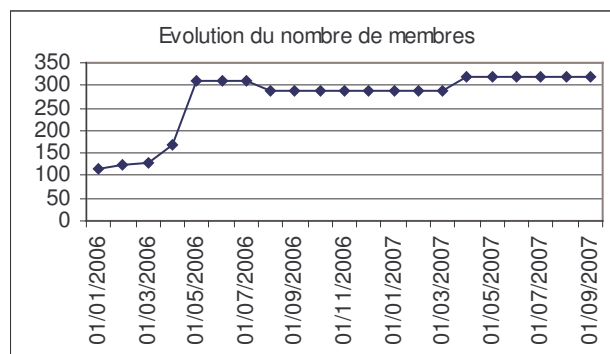
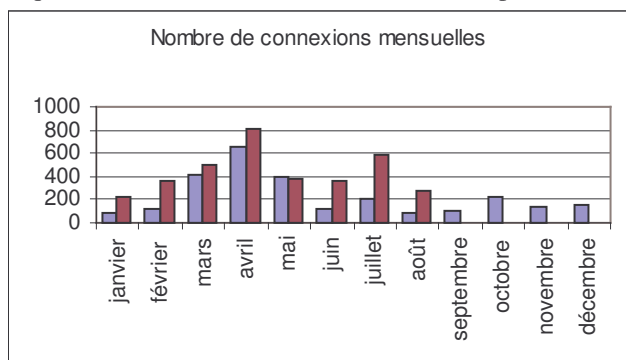
Statistiques

Nombre de visiteurs du site durant le mois d'août 2007 :

272. Ce nombre est à rapprocher des 87 connexions du mois d'août 2006, alors que la fréquentation de juillet était passée de 200 en 2006 à 588 en 2007. Sur les deux mois d'été, la fréquentation du site a donc très exactement triplé !

Nombre de membres au 01 septembre 2006 : 320

Cependant, une mise à jour serait faite ce mois-ci car de nombreuses adresses email ne fonctionnent plus.



Géraud Mousnier, animateur du club des coureurs du cœur
(webmaster@coureursducoeur.com)