

Athlète du mois de décembre 2016 : Isabelle TIBAUEAU



Tout d'abord, merci à l'AR SUD LAC de m'avoir nommée « athlète du mois ». Je ne m'y attendais pas et le reçois comme le plus beau des cadeaux.

Je suis heureuse de faire partie du club AR SUD LAC riche à tous niveaux, lieu d'échange où la finale se termine souvent sur route ou sur chemin grâce aux fondateurs, piliers, dont nous ne pourrions pas nous passer.

Ancienne nantaise, j'habite sur la commune de Paulx depuis 1993.

Je travaille à temps partiel chez un tapissier-décorateur et le reste du temps, avec mon conjoint agriculteur.

Fréquentant souvent la piscine de Machecoul pour compléter des entraînements côtiers, Jean-Charles, y travaillant, m'a fortement conseillé de m'inscrire au club pour y dépenser l'énergie qu'il me restait.

Après avoir fait quelques footing (comme on dit) il fallait trouver quelques objectifs !!! Dur Dur !!!

Mon premier marathon avec Stéphanie, Olivier et Thierry en avril 2014 ; puis le 2nd, toute seule à La Rochelle en novembre 2014 puis Nantes à nouveau, où je fais un meilleur temps avec Thierry ; le Maraïsthon, seule en juin 2016 ; Rennes en octobre 2016, que j'effectue en 4h31 pour faire une sortie longue, et ainsi, préparer la Saintelyon.

Pourquoi la Saintelyon ?

J'en avais entendu parlé, il y a 2 ans par des coureurs : course de nuit, où les conditions climatiques sont toutes « autorisées ».

72 km pour la 1^{ère} fois, il faut finir, mais, connaissons-nous nos limites ?

Déjà un bon conseil du président : « marcher dans les côtes permet de récupérer ».

Aujourd'hui, après 11h39 de montées et de descentes dans les chemins et sur les routes, j'ai envie de dire que tout le monde est capable de la faire. Il faut simplement oser, tout comme ce couple qui l'a réalisé main dans la main.

Mes objectifs pour 2017 : réaliser un marathon en moins de 4h et me représenter à la SainteLyon en espérant cette fois, ne pas y aller seule.

Pour conclure, j'ai envie de vous parler d'un homme (Syl20) qui, atteint de la maladie de Charcot, nous a fait découvrir le GR 20 en Corse « A chiha a salute e ricco e on la sa » : celui qui a la santé est riche, mais ne le sait pas.

Bonnes courses à vous et merci pour tout

ISA