

Les souvenirs de Manu



Cette page est une ébauche...

Le texte qui suit est un résumé des souvenirs de Manu. Dans celui-ci, Manu s'adresse directement au fils de Francis, à Alain, mais il nous a aussi proposé de le publier sur ce site web. Pour des raisons de clarté, nous avons effectué de minimes modifications.

Francis a couru son premier "Sierre-Zinal" en 1985 lorsqu'il habitait (vous habitiez) à La Roche et avait fait comme entraînement 3 fois La Roche La Berra uniquement. Il avait décidé, je crois tout seul, de participer une fois à cette course. ¹⁾

Je travaillais à Treyvaux et passait par la route d'Arconciel pour venir à Posieux. Un soir en rentrant du travail, ça devait être pendant l'automne, je vois le camion du "Moulin Neuf" (ou Francis travaillait à l'époque) parké au bistrot de la Tuffière. Je m'arrête. Nous avons bu une bière et là il m'explique qu'il a participé à "Sierre-Zinal" durant l'été. ²⁾

Egalement intéressé par cette course, je lui propose de renouveler l'année suivante et de nous entraîner ensemble dès le printemps 1986.

C'est ainsi que nous avons parcouru nos Préalpes fribourgeoises à la course, avec l'ascension de plusieurs sommets, souvent le soir après le travail et de temps en temps un samedi ou un dimanche matin. (La Berra - Le Cheval Blanc avec Hochmatt - Le Moléson - Le Vanil Noir - La Dent de Lys- et bien d'autres). ³⁾

Nous avons participé à 4 "Sierre-Zinal" ensemble de 1986 à 1989. Nous avons réussi de bons temps entre 4:30 heures et 4:00 heures et une fois en 3:56 heures notre meilleur chrono.

Francis a ainsi participé à 5 "Sierre-Zinal" appelé aussi la course des "cinq 4000" (sommets valaisans à voir durant le trajet).

Nous avons également couru ensemble une ou deux fois "Neirivue-Moléson" et une fois "Aigle-Ai-Leysin" parcours raccourci sur le haut à cause du mauvais temps neige et pluie la veille sur les hauts: Francis classé 12^{ème} en "Vétéran I" avec un temps de 2:12 heures. ⁴⁾

Il a aussi participé à une course par étapes dans la "Chablais" qui se courait sur 6 mercredis soirs, mais dont je ne sais rien de plus n'y ayant pas participé moi-même.

Les années suivantes Francis a renoncé à la course à pied pour différentes raisons mais surtout à cause d'un genou qui le faisait souffrir. (le mal des footballeurs avec l'arthrose des genoux ; je connais aussi).

Manu.

Manu a ajouté cette note entre parenthèse : "Tu devrais trouver dans ces affaires, des photos de ces courses qu'on commandait aux organisateurs. Tu devrais aussi trouver peut-être des listes de résultats ou classements)." Malheureusement, je n'ai rien trouvé concernant les résultats. Il faut encore que je regarde si je trouve des photos. Aussi, cher lecteur, si vous trouvez quelques chose,

[contactez-nous.](#)



Références

1)

La course 📍 [Sierre-Zinal](https://www.sierre-zinal.com) - <https://www.sierre-zinal.com>

Village de 📍 [La Roche](#)

Montagne 📍 [La Berra](#)

2)

Village de 📍 [Treyvaux](#)

Village de 📍 [Posieux](#)

Le Moulin Neuf : <https://www.moulinneuf.ch>

3)

Région des 📍 [Préalpes fribourgeoises](#)

4)

La course 📍 [Neirivue-Molésion](https://www.neirivue-moleson.ch/) - <https://www.neirivue-moleson.ch/>

Je n'ai pas trouvé de références pour la course Aigle-Ai-Leysin. Peut-être que l'organisation actuel est ici : <https://aigleleysin.ch>

From:

<https://www.francis.coach/> - **Francis COCHARD**

Permanent link:

https://www.francis.coach/courses_a_pied/les_souvenirs_de_manu

Last update: **22.02.2021 @ 17:24**



