

Le FOOTING SYMPA de Laon à Sancy les cheminots

Le dimanche 18 mai prochain, le **FOOTING SYMPA** ira pour sa 88^{ème} édition à la rencontre de l'histoire et de la mémoire. Mais qu'est-ce donc que le **FOOTING SYMPA** ?

Le **FOOTING SYMPA** est né à Laon, il y a un peu plus de 4 ans, lors d'une course à pied officielle, le 10 km du circuit des remparts de Laon, la plus ancienne course hors stade de Picardie.

Jean-Pierre Dine-Mouchet eu l'idée d'ouvrir en parallèle un footing pour tous celles et ceux courant seuls ou désirant découvrir la course à pied.

L'allure serait très modérée, puisque ouverte aux non initiés, un parcours relativement court, en restant groupé, avec pour seule obligation, celle d'attendre les plus lents.

Une poignée de participants dont je faisais parti, se lança dans cette aventure.

Pas très facile, le parcours de la cité médiévale est semé de faux plats, mais la satisfaction fut d'arriver au but fixé, plus particulièrement pour ceux qui couraient pour la première fois.

Fatigués, essoufflés mais enthousiasmés pour cette première, nous n'avons pas voulu nous quitter sans nous fixer un nouveau rendez-vous sous l'impulsion de celui qui aller devenir notre "facilitateur". Le **FOOTING SYMPA** de Laon était né.

Il a fallu s'organiser, fixer un rendez-vous une fois par mois le dimanche matin, établir un calendrier. Grâce à notre facilitateur, un site internet a pu être créé: www.footingsympa.com.

Grâce à cette nouvelle technologie, le groupe de copains s'est étoffé de fois en fois, puis l'idée de courir en nocturne tout autour de nos 8 km de remparts illuminés nous tentait beaucoup, c'est alors que l'on a ajouté un rendez-vous chaque quinzaine en nocturne, le vendredi soir à 19h45, en alternance avec le dimanche matin.

4 ans après, nous sommes désormais entre 40 et 50 à courir 8 à 10 km, à allure modérée-ce qui autorise de longues et sympathiques conversations- et ce pendant environ 1 heure, pas de premier, pas de dernier puisque nous restons groupés.

Nous sommes de tous âges, de toutes professions, nous accueillons régulièrement des nouvelles personnes. Notre concept est ouvert à tous sans adhésion, sans obligation, sans aucune participation financière.

Pour les inconditionnels de la course à pied, pour les plus expérimentés, il s'est créé en plus de nos rendez-vous un **FOOTING MECHANT** même concept mais avec un rythme beaucoup plus soutenu et dynamique, avec 2 entraînements par semaine.

L'été, nous aimons sortir hors de notre belle cité médiévale pour découvrir les charmes de la campagne environnante et du grand laonnois. Nous organisons également des courses à thèmes : footing + piscine de plein air, footing nature, footing + marché de Noël à Amiens, footing mémoire 90^{ème} anniversaire du Chemin des Dames...

Nous aimons également de plus en plus participer à des courses plus officielles et donc plus sportives, dans la région, et aussi en dehors : marathon, semi ou 10 km de Reims, 20 km de Maroilles, la fameuse Transbaie de Saint Valéry sur Somme, pour n'en citer que quelques unes.

C'est donc dans cet esprit que le **FOOTING SYMPA** se rendra à Sancy les cheminots dans le cadre du **90^{ème} anniversaire de l'armistice de 1918**, Rendez-vous le dimanche 18 mai prochain à 10h00 devant la mairie. Nous accueillerons avec un réel et grand plaisir toutes celles et ceux qui souhaitent se joindre au groupe du **FOOTING SYMPA**.

Après avoir entendu l'émouvante histoire de Sancy les cheminots, et savoir pourquoi Sancy devint Sancy les cheminots, nous partirons guidé par Kévin, enfant du pays, à allure très modérée pour une boucle d'une douzaine de km à travers la magnifique campagne de Sancy les cheminots.

N'hésitez pas à inviter familles et amis, bref toutes celles et ceux qui ont envi de découvrir la course à pied. Ce sera l'occasion d'unir sport, histoire, et mémoire.

Jacques Baudry

Merci Jacques d'avoir aussi bien présenté le **FOOTING SYMPA** et de nous guider régulièrement vers d'autres lieux, souvent chargés d'histoire. En 2007, c'est avec toi que nous avons rendu hommage aux soldats disparus sur le Chemin des Dames. Cette année, tu nous transportes vers l'histoire de Sancy les Cheminots...

Jean-Pierre Dine-Mouchet
contact@footingsympa.com
www.footingsympa.com