

SAINT-AVOLD

# Plus il vieillit, plus il avale les kilomètres

Courir autant de kilomètres que d'années de vie, tel est le pari que s'est lancé Paul-Jean, coureur à pied sur le tard. Il a avalé 60 kilomètres d'une traite pour ses 60 ans, 65 bornes pour ses 65 ans. Mais à 70 ans, son médecin lui dit « stop ! ».

**U**n genou le fait souffrir depuis quelque temps mais aujourd'hui c'est surtout son moral qui en prend un coup. Le 18 février dernier, pour fêter ses 70 ans, Paul-Jean Jung voulait courir 70 kilomètres à pied et d'une traite. Comme il l'avait fait il y a dix ans puis en 2014 pour ses 60 et 65 ans. Sauf que, cette fois-ci, son radiologue lui a fortement déconseillé s'il ne veut pas abîmer davantage son genou tandis que son médecin lui diagnostique « un cœur fatigué ! ».

Paul-Jean est très déçu. « Je m'y préparais depuis plusieurs mois. J'avais déjà pensé au parcours, une boucle de 14 km à effectuer cinq fois avec un départ depuis chez moi à Forbach en pas-

sant par plusieurs autres communes voisines. Une cinquantaine de coureurs du Fmac, le club d'athlé de Freyming dont je fais partie, voulait m'accompagner dans ce défi... », raconte l'ancien mineur de fond, converti à la course à pied il y a quinze ans à peine.

Retraité depuis 1998, Paul-Jean s'est laissé convaincre par son voisin et ami Klaus. Il a chaussé les baskets pour des footings de 5-6 km puis des courses officielles de 10 km, pour tenter son premier semi-marathon à Saint-Wendel en Allemagne et un chrono à 1 heure 42. « Une bonne perf pour un premier semi-marathon ! », félicite Aïcha Omrani, membre du Fmac.

#### « Mentalement, c'était dur ! »

Il y a dix ans, une boutade s'est transformée en pari. « Klaus m'a dit un jour, tu devrais courir 60 km pour tes 60 ans ! Il plaisantait mais je l'ai pris au

mot ! ». Le 18 février 2009, jour anniversaire, « on a couru tous les deux de Puttelange à Eting en passant par Sarrebruck et le long de la Sarre. Il faisait chaud, je ne me sentais pas bien. Mentalement, c'était dur mais j'ai atteint mon but ! », rapporte le retraité des HBL.

Après ce pari fou, il s'inscrit au club d'athlé de Freyming, apprend à courir en fractionné, à se ménager aussi. Pour ses 65 ans, il renouvelle l'expérience avec cinq kilomètres supplémentaires dans les jambes. « C'était une sacrée fête puisqu'une vingtaine de coureurs du club m'a accompagné tout le long du parcours, une boucle de 21,6 km effectuée trois fois. Mais comme ça ne tombait pas juste (64,8), j'ai poussé jusqu'à 66 km ! ».

Paul-Jean Jung se réjouissait déjà de passer à l'étape supérieure le 18 février dernier. Sauf que ses médecins lui ont fortement déconseillé de courir 70 kilomètres pour ses 70 printemps. Une déchirure, une frustration, un échec pour le sportif aux cheveux gris.

« Pour moi, courir c'est un besoin, une passion. Même à 70 ans, de jeunes coureurs n'arrivent pas à me rattraper ! », sourit-il tout en se faisant une raison : les longues distances, ce n'est décidément plus de son âge...

Odile BOUTSERIN



Paul-Jean Jung s'est mis à la course à pied il y a une quinzaine d'années. À 70 ans, il a couru des semi-marathons, des 24 heures de Puttelange et ses fameuses « courses anniversaire ». Photo DR

**Le N°1 en Moselle**

**JEROME MARCZAK**

**MON OPTICIEN A DOMICILE**

Je me déplace dans toute la Moselle et la Meurthe et Moselle, directement à votre domicile, sur votre lieu de travail, à l'hôpital, ou dans votre maison de retraite et j'effectue tous les tests et vérifications d'usage nécessaires à la réalisation de vos lunettes. Je propose exactement le même service qu'en magasin sans que vous ayez besoin de vous déplacer.

**Les avantages**

- Gains de temps pour vous
- Conseils personnalisés
- Large choix, avec plus de 450 montures
- Verres de qualité, fabrication Française
- Gestion administrative et partenariats mutuelles
- Gestion administrative et partenariats mutuelles

Pour tous renseignements ou prise de rendez-vous,appelez **Jérôme Marczak**  
mon opticien à domicile au  
**03 87 37 19 20**  
(de 8h à 20h)  
**JOIGNABLE MÊME LE DIMANCHE**

www.jm-opticdomicile.fr  
contact@jm-opticdomicile.fr

## Course pour soutenir les victimes d'attentats

Paul-Jean Jung participera pour la première fois à la Course nature organisée le dimanche 24 mars par Aïcha Omrani, Abdel Tayss et Hamid Meziani du Fmac (Freyming-Merlebach athlétic-club) au profit de l'association de soutien aux victimes d'attentats.

D'ailleurs, il ne reste que quelques jours pour les pré-inscriptions à cette course à pied (délai : 14 mars). Les bulletins sont à télécharger sur le site internet de Courir en Moselle ([www.courirenmoselle.fr](http://www.courirenmoselle.fr)) et à envoyer à l'adresse postale indiquée. Il en coûtera 8 € d'inscription (10 € le jour de la course) dont 2 € reversés à l'Association française des victimes du terrorisme.

Le sportif doit fournir un certificat médical d'aptitude à la course ou une licence sportive en cours de validité.

Il sera aussi possible de s'inscrire sur place le jour J, au foyer du quartier Jeanne-d'Arc à Saint-Avold où seront également distribués les dossards entre 8 h et 9 h 30.

## 228

C'est le nombre de sportifs qui ont participé l'an dernier à la 2<sup>e</sup> édition de la course nature de 10 km en forêt, en hommage aux victimes d'attentats.

7j/7 24h/24

**FORBACH BETTING**  
Tél. 03 87 00 20 20

130147600

57E04 - V1