

Longny-au-Perche

Michel et Jeannot, ensemble pour le Paris-Brest-Paris

La 18^e édition du Paris-Brest-Paris, grande randonnée qui a lieu tous les quatre ans, se déroulera du 16 au 20 août.

Deux membres du club cyclo de la commune feront partie des 6 000 coureurs venus de 58 pays franchir la ligne de départ dimanche pour cette exceptionnelle randonnée de 1 200 km : Michel Legendre, 69 ans qui participe à son 4^e Paris-Brest-Paris et Jeannot Daragon, 54 ans qui affiche sa 3^e participation. Tous les deux reconnaissent qu'ils ne pédalent que pour le plaisir mais durant trois jours et trois nuits la gestion du sommeil et de l'alimentation est très importante. « **On s'arrête deux fois deux heures pour dormir et on s'alimente régulièrement.** » Le plus difficile ? « **Sans contester le trajet du retour !** » confirme Michel. Mais les deux amis sont d'accord pour dire que « **le principal, c'est d'arriver au bout** ».

Avant de prendre le départ d'une telle randonnée il faut réussir à pas-



Michel Legendre et Jeannot Daragon.

ser des brevets (200-400-600 km) et beaucoup d'entraînement. « **Après avoir fait 900 km lors de la semaine fédérale dans le Tarn, j'enchaîne avec le Paris-Brest-Paris** », confie Michel.

Si cette randonnée a pour principal objectif le dépassement de soi, une chose est également primordiale : « **la grande solidarité entre les participants** », affirment ensemble les deux sportifs.