



ZATPEK ACADEMIE

CA FAIT UNE PAYE!

En 2007, les téléspectateurs du Week-end sportif ont eu l'occasion de suivre pendant trois ans des coureurs novices dans leur préparation pour les 20km de Bruxelles. Nous avons retrouvé la trace de certains d'entre eux.

2007: LA GRANDE PREMIERE



Sans la Zatopek Académie, Nicole Regnier n'aurait peut-être jamais découvert son problème d'anémisme à l'aorte(*). "C'est en effectuant les tests médicaux nécessaires à la poursuite de l'aventure qu'on s'en est aperçu", explique-t-elle. Contrainte de quitter le programme et de lever le pied, Nicole a eu de la chance dans son malheur de tomber sur un cardiologue convaincu des bienfaits du sport. "Je dois juste éviter de solliciter trop violemment mon cœur. Au

début, je courais même avec un cardiofréquence-mètre pour respecter les zones d'intensité à ne pas dépasser." Après un arrachement du ménisque il y a trois ans, Nicole s'est mise au vélo. "Avec deux autres membres du centre de soins palliatifs Saint-François à Namur, nous avons décidé de nous rendre à Assise en Italie pour y fêter Saint-François le 4 octobre prochain. Soit 1600 kilomètres. Le docteur Laruelle m'a concocté un programme pour que je sois prête." Et elle lui a promis: elle ne partira pas sans son feu vert!

ZATPEK MAGAZINE
n°29
février - mars - avril 2014