

Interview pour Running Mag : Ceux qui font la course à pied en Aquitaine



Nom : **DARMAILLACQ**
Prénom : **NICOLAS**
Age : **30 ans**
Club : -
Situation Familiale : MARIE 1 enfant
Lana 3ans 1/2
Profession : **Enseignant d'EPS**
Records : Aucune référence sur route

1. Depuis quand pratiques-tu la course à pied et comment es-tu venu à ce sport

J'ai débuté le trail aux Templiers 2003. La voie classique on va dire, la course médiatisée, qui apparaît au départ incontournable ! Une révélation pour moi, le début d'une nouvelle passion !!

Comment j'y suis venu ?? Un peu par hasard. Après une saturation avec la compétition de haut niveau en cyclisme sur route, je me suis naturellement tourné vers la course en montagne pour le plaisir, car j'ai toujours aimé l'effort, je faisais déjà des cross en période hivernale depuis tout jeune, et j'ai été baigné dans la montagne depuis tout jeune par mes parents, été comme hiver. Avec mon pote Mattieu, nous avons donc commencé par les courses du coin de montagne, la Rhune, les Crêtes d'Espelette, le Val d'Azun, ... et grâce à ces magazines, nous nous sommes lancé ce défi des Templiers ! Préparation en 2 mois, sans jamais avoir fait plus de 21km ... une vraie aventure !!!

2. Pourquoi cours-tu ?

Pour les mêmes raisons que celles pour lesquelles j'ai débuté !

LE PLAISIR

LA NATURE et LA MONTAGNE avant tout

LE DEFI, L'AVENTURE

et le DEPASSEMENT DE SOI que j'ai trouvé dans l'Ultra Trail !

3. Combien d'entraînements par semaine ?

Ceci est très variable en fonction des périodes, des objectifs, ... mais si il y avait une moyenne, ce serait quand même 5 fois par semaine je pense. Et s' il fallait une fourchette, de 0 à 8 séances, et de 0 à 15-20h par semaine pour les plus gros blocs de préparation.

4. Plutôt route ou trail ?

100% trail, et ce depuis toujours !!!

5. Plutôt court ou long ?

100% long (à partir du marathon on va dire), pour la gestion, l'aventure intérieure, la course contre soi-même et non pas contre des adversaires.

6. Quel bilan fais-tu de ta saison ?

Une saison encore riche en aventures !

Si on ne regarde que les résultats bruts, on pourrait dire que la saison a été mauvaise (surtout comparativement à celle de 2009), mais je ne le pense pas du tout. La forme a été aussi bonne voire meilleure par moments même ! Mais les ambitions étaient (trop??) hautes ! 3 défis d'envergure ... et des blessures survenues pendant (ou à cause) de ces aventures... et bilan, une 3ème place à l'Andorra Ultra Trail en juin, un arrêt sur blessure lors de ma tentative de traversée des Pyrénées fin juillet, et un abandon sur ce dernier Grand Raid de la Réunion.

Déçu ?? Pas du tout ! Encore de riches expériences, de superbes découvertes dans des endroits encore méconnus pour moi dans les Pyrénées et des rencontres nouvelles ! Il ne faut tirer que du positif de ces "abandons" ou "échecs" si certains les considèrent ainsi.

Pour moi, cette saison a été encore une fois très riche en rapports humains, notamment avec l'aventure partagée à travers les Pyrénées avec la "LEMUR TEAM", et m'a aussi apporté des éléments au service de la performance, du dépassement de moi, qui ne demandent qu'à être réunis et appliqués sur une même course ! Peut être en 2011 ... mais toujours avec les potes, élément incontournable de ma pratique !

7. Quels sont tes prochains objectifs

Aucune idée ! C'est l'heure de la trêve hivernale ... le temps viendra de voir quelles pourront être les nouvelles aventures pour 2011 !

8. Ton plus beau souvenir de course ?

Les courses partagées !

Partagées avec la famille lorsqu'ils me font l'assistance et vivent aussi l'aventure, comme sur l'UTMB 2007 ou le Grand Raid des Pyrénées 2009.

Partagées avec des amis coureurs, des aventures extraordinaires, comme le GRR 2008 avec Antoine Guillon, le Mercantour 2009 avec Seb Chaigneau, le Grand Raid des Pyrénées 2009 avec Régis Coumenges et le final du Grand Raid de la Réunion 2009 avec mon ami Sebastien Lefebvre... les souvenirs ne manquent pas !!!

9. Ton plus mauvais souvenir de course ?

Aucun en particulier.

10. La course dont tu rêves

Des courses mythiques, chargées d'histoire, comme l'Olympus Marathon en Grèce ou la course du Mont Cameroun en Afrique !! Peut être un jour ...

Sinon, pourquoi pas un ULTRA TRAIL à travers la CORSE ??? Un terrain de jeu extraordinaire, à l'image de l'Ile de la Réunion, où j'ai déjà eu la chance d'y aller pour 3 participations au Grand Raid de la Réunion.

11. La course que tu ne feras jamais.

Un marathon sur route ! Mais il paraît qu'il ne faut jamais dire jamais donc ... un jour peut être ... mais les chances sont infimes !

12. Une course que tu aimes particulièrement.

Le Grand Raid de la Réunion, pour son parcours dantesque et son ambiance unique.

Et plus récemment, l'Andorra Ultra Trail, pour son parcours qui fait le tour du Pays et d'une difficulté extrême : une vision très différente de l'Andorre garantie à la sortie !!