

LE SPORTIF

Lacombe, c'est champion !

Le coureur marcillacois est devenu champion de France du 100 km, samedi, à Belvès. À 44 ans.

■ **Passionné, passionnant** et champion de France. Depuis samedi et son titre national senior décroché de main de maître et de foulées de géant à Belvès (Dordogne), Régis Lacombe, déjà vainqueur en 2006 des 100 km de Millau, n'est plus le même. D'accord, il y a les crampes, la démarche raidie et la fatigue. Mais, surtout, il y a la fierté d'avoir décroché à 44 ans son premier titre hexagonal en même temps qu'un billet pour les prochains championnats du monde du 100 km qui auront lieu en Corée du Sud l'an prochain. Entretien.

Vous aviez annoncé votre intention de décrocher le titre de champion de France à Belvès. Et vous l'avez fait...

Oui, c'était l'objectif de ma saison. Je l'ai même jouée sur ça. Ce qui n'est pas évident. Beaucoup d'athlètes ne prennent d'ailleurs pas ce risque car le 100 km est très exigeant pour des résultats souvent pas à la hauteur des attentes. Là, je savais que j'avais mes chances pour le podium.

Comment s'est déroulée la course ?

Mon problème, c'est que je doute beaucoup. C'était le 8^e 100 km de ma carrière et j'ai connu beaucoup de moments difficiles. Alors, je n'ai compris, et voulu comprendre, que je tenais la victoire qu'à 2 km de l'arrivée. Avant, il y a eu plein de questions. Et quand, en plus, j'ai été victime d'une crampe au 67^e kilomètre, le moral en a pris un coup...

La souffrance est omniprésente dans une telle épreuve...

... Pour moi, elle est essentiellement musculaire. Pour d'autres, c'est articulaire. Mais comme, ce qui m'intéresse, c'est l'entraînement (il poursuit d'ailleurs une formation d'entraîneur, NDLR), la préparation, je suis constamment dans la réflexion. J'essaie d'optimiser. D'ailleurs,

j'avais reconnu le parcours il y a un mois.

Quel a été le sentiment lorsque vous avez coupé la ligne ?

Que du bonheur ! J'ai pensé à tous les gens qui m'ont soutenu, m'ont fait confiance. Dans ces moments, il n'y a que de la joie. Même la fatigue est moins dure à supporter. Et puis, il y a cette fierté pour mon département, mon club (l'Ecla, d'Albi, NDLR), etc.

Votre temps, 7 h 21' 30" (loin de son record de 6 h 55" accompli à Chavagnes en 2007, et record régional, NDLR), vous a-t-il satisfait ?

Sur ce parcours, c'est un bon chrono, honorable. Ce que je savais, c'est qu'un titre comme celui-là se joue entre 7 h 15' et 7 h 20'. C'était ma base. Le problème, c'est que c'est parti un peu vite. Au 50^e km, j'étais 3^e puis j'ai pris la tête dès le 62^e km. C'est mon seul regret car c'était sûrement un peu tôt. Du coup, j'ai couru avec la pression. 30 kilomètres tout seul en tête, c'est

long... Là, on écoute son corps, on essaie de relâcher un maximum. Et on évite de regarder derrière, de penser aux poursuivants.

Le fait que les favoris étaient absents, car en prévision des Mondiaux en Italie le week-end prochain, atténue-t-il la portée de votre performance ?

Non, car on était déjà 6 ou 7 prétendants dont 4 ex-internationaux. C'était déjà un beau plateau. Oui, si les « favoris » avaient été présents, ça aurait été plus dur. Mais pas impossible !

Avec ce titre, c'est également l'équipe de France, que vous n'avez plus fréquentée depuis 2010, qui se profile à nouveau ?

Oui, c'est automatique (sic). Grâce à ça, je devrais être normalement sélectionné



Bien qu'encore marqué par sa course, Lacombe ne cache pas sa « fierté ». Max. R.

pour les prochains championnats du monde, en 2013. C'est beau. À 44 ans... Avec tout ce que j'ai fait, les sacrifices, c'est pour moi une récompense. Méritée bien sûr.

Quel va être, désormais, votre programme ?

Là, d'abord quelques jours de récupération (rires) ! Je ne sais pas encore combien. Ce sera quand je me sentirai bien que je rehausserai les baskets. Ensuite, ce sera la course du Viaduc (le 13 mai, NDLR) où je prendrai le départ seulement pour promouvoir le département. Et, à l'automne, le 10 km international de Tulle puis, sûrement, un marathon international. Cet été, le 13 juillet, je fêterai également mon titre à Najac, lors de la course des Remparts (dont il est l'organisateur, NDLR).

RECUEILLI PAR MAXIME RAYNAUD

« Dans ces moments, il n'y a que de la joie. Même la fatigue est moins forte ».

Sports
P.
Entretien avec
Régis Lacombe
le roi du 100 km

