

MARATHON DE MONTRÉAL



PHOTO ROBERT SKINNER, LA PRESSE

Vêtus de chandails rouges, les jeunes du programme Étudiants dans la course ont relevé le défi, dimanche, de courir le marathon complet.

« Ça a marqué ma vie »

Des adolescents issus de milieux défavorisés ont pris part à l'épreuve de 42 km

ANABELLE NICOU

Pour décrire l'expérience de son premier marathon, Hamed Hader, 17 ans, ne manque pas de superlatifs. « C'est l'exploit sportif le plus énorme de ma vie », dit-il. Comme 10 autres jeunes participants du programme Étudiants dans la course, Hamed Hader a couru, dimanche, son premier marathon complet, à Montréal.

« Dès que je suis arrivé au Stade olympique, je me suis dit: Oh mon Dieu, j'ai atteint un objectif énorme! Il y a un an, je n'aurais même pas pensé faire un marathon », raconte le jeune homme, élève de Dawson, qui a commencé le programme au cours de sa cinquième secondaire.

courageux, dit-elle. Pendant l'entraînement, on n'a jamais couru plus de trois heures. Pour des longues distances, il faut vraiment puiser dans ses ressources pour se dire: Je persévère. »

Les 42 km du marathon sont une performance sportive, physique, certes, mais qui doit beaucoup à la force mentale: pas de succès sans motivation ou confiance en soi. « On a amené les jeunes à prendre confiance en eux. Il faut que le jeune soit fier de ce qu'il fait pour y arriver », dit Christiane Guyonneau, qui a elle-même commencé à courir il y a deux ans seulement.

Hamed n'avait jamais couru avant de commencer à s'entraîner dans le cadre du programme Étudiants dans la course. Aujourd'hui, courir fait par-

C'est la première fois à Montréal que des adolescents issus de l'immigration ou de milieux défavorisés, sans aucune expérience de course, s'entraînent pendant une année pour le marathon. Étudiants dans la course s'inspire d'un programme de Los Angeles qui, au moyen de la course, essaie de motiver les jeunes sur le plan physique et scolaire.

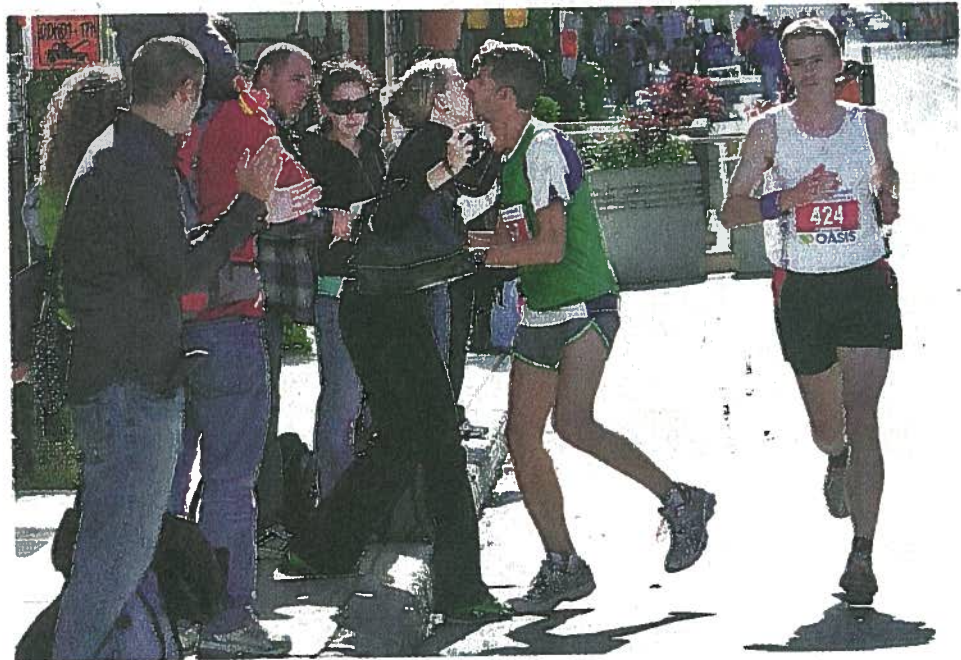
Longue distance et persévérance

Christiane Guyonneau, 34 ans, a été le mentor d'Hamed au cours de cette année. C'est avec fierté qu'elle a vu les 11 jeunes passer la ligne d'arrivée, dimanche. «Les jeunes ont été très

tie de ses habitudes de vie. « Bien sûr que je veux continuer à courir. Je veux être un partenaire d'Étudiants dans la course, je veux poursuivre mes entraînements, sur deux ans, pour faire mon prochain marathon », répond-il.

Un travail d'équipe

Plus que le sport, c'est aussi le travail d'équipe et l'encadrement des jeunes qui contribue au succès du marathon, croit quant à elle Christiane Guyonneau. « Une camaraderie s'est formée au cours de l'année entre les jeunes et les adultes, les jeunes entre eux se sont encouragés: c'est un beau travail d'équipe. »



PHOTOS ROBERT SKINNER, LA PRESSE

Alan Humphreys, de Boston, a embrassé sa femme Jennifer Day pour la chance. Il a bien fait: il a terminé le marathon au 26^e rang, et premier dans son groupe d'âge (35-39 ans).