

### Bailly-Noisy : semi-marathon en forêt de Marly

Par Benoit Rupprecht

Le semi-marathon de Bailly-Noisy est une de mes compétitions préférées. J'aime en effet me promener dans la forêt de Marly, un espace vallonné qui abrite non seulement de nombreux témoignages de notre passé mais aussi une magnifique faune et des arbres remarquables. Je suis très attaché à la région et je ne souhaite en aucun cas manquer cette course.

Je suis conscient que mes possibilités physiques ne me permettent pas aujourd'hui de réaliser les temps que je faisais par le passé. Je n'ai donc aucun objectif en termes de performance, je souhaite juste prendre du plaisir.

C'est le départ. Le premier cinquième de la course est exigeant, avec la montée vers la forêt en trois paliers. Après une courte boucle dans les quartiers nouveaux de Bailly, nous montons vers l'artère principale de la ville et pénétrons dans Noisy. Nous entamons une nouvelle montée pour atteindre la porte de Gondi. Nicoletta est juste derrière moi et j'entends Pascale nous encourager.



Nous sommes au pied de la côte qui amène les coureurs sur la dorsale de la forêt de Marly. Je vois Sylvain à quelques mètres devant moi mais je n'essaye pas de le rejoindre. Je perds des places dans cette portion difficile.

Je cours désormais sur la route royale, une des anciennes routes forestières fermées à la circulation depuis la grande tempête. Les kilomètres passent désormais rapidement. C'est le dixième kilomètre, l'entrée sur la route de la mare à la bonde et le début du retour. A la sortie du deuxième ravitaillement, alors que je commence à me désaltérer, je suis bien prêt de m'emmêler les pieds dans les laisses de deux chiens. Heureusement que j'avais ralenti pour me saisir du gobelet car sinon je n'aurais pas évité la chute. Je dois cependant m'arrêter, enjamber les laisses et repartir.

J'atteins l'étoile du silence et me voici sur la route neuve du roi, ma partie préférée de la forêt avec ses magnifiques arbres. Je me sens bien, probablement parce que je reçois de nombreux encouragements des coureurs des Foulées que je croise tout au long du parcours.



C'est la longue descente de la route des joncs avant une dernière côte pour revenir sur la route royale. Encore deux kilomètres de plat avant d'entamer la descente vers Noisy. Je termine la course en 1h32, loin de mes meilleurs temps mais j'ai éprouvé de bonnes sensations et j'ai passé un bon moment.

A l'arrivée, je retrouve mes camarades du club et nous faisons une photographie de groupe.