

# LES DÉFIS DE LA COURSE

*Petite échappée aux limites de l'endurance et de la volonté*

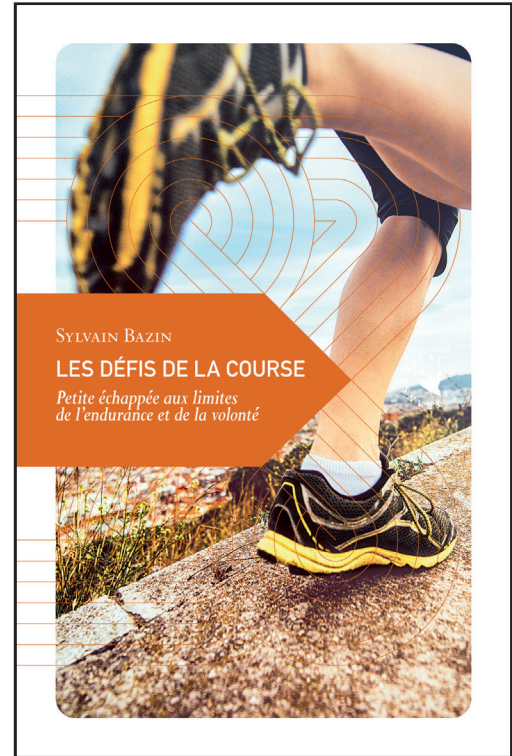
SYLVAIN BAZIN

- un éloge de la nature et du voyage à travers l'enchantement du mouvement infini ;
- l'évocation sensible d'une passion qui façonne les hommes et traverse les âges ;
- le regard d'un pratiquant expérimenté sur toutes les étapes de la course, du plaisir à l'addiction ;
- une mise en abyme historique et une échappée aux côtés des plus grands athlètes.

Pratique des origines, la course à pied a contribué à la construction de l'homme moderne. Qu'on se souvienne de Marathon, d'où un Athénien rallia sa cité pour annoncer la victoire sur les Perses, ou des *chasquis* qui pouvaient atteindre chacune des extrémités de l'Empire inca. Devenue populaire à partir des années 1970, la course est rebaptisée *footing* ou *jogging*, puis *running* et enfin *trail*. De nos jours, les dieux du stade ont quitté les couloirs pour conquérir l'asphalte et les sentiers. Les champions, mais aussi des athlètes amateurs passionnés, ont développé des capacités d'endurance telles qu'elles leur font effectuer le tour du massif du Mont-Blanc en deux jours ou traverser les sables du Maroc en autonomie. Démarche extrême en vue d'une performance ou simple détente après une journée remplie, la course à pied ouvre à chacun la porte de perceptions nouvelles et d'une activité de l'esprit intimement liée à celle d'un corps en mouvement, au rythme du souffle et des foulées.

*Né en 1978, Sylvain Bazin se découvre dès l'enfance une passion pour la course à pied. Après un DEA de lettres, il travaille comme conservateur de bibliothèque, puis, cet ancien compétiteur de haut niveau pratiquant l'ultramarathon et le trail running devient journaliste indépendant, enchaîne les courses à travers le monde et les voyages à pied pour le plaisir du dépassement de soi.*

Cliquer pour **en savoir plus sur l'auteur**,  
**lire des extraits** ou **des critiques**.



« Petite philosophie du voyage » n° 42

PARUTION : OCTOBRE 2016

FORMAT : 11 X 16,6 CM

PAGES : 96

ISBN : 978-2-36157-113-9

PRIX : 8 €



Transboréal – 23, rue Berthollet – 75005 Paris  
tél. 01 55 43 00 37 – [contact@transboreal.fr](mailto:contact@transboreal.fr)  
[www.transboreal.fr](http://www.transboreal.fr)