

Je Souhaite Une Bonne et Heureuse année ;  
Santé " Mais pas des pieds " Prospérité et Bonheur  
à Tous mes Compagnons de Route ... Pour cette nouvelle  
année de l'An 2019.

Pour partagerons Tous la même passion ; celle de la vie ... N'oublions  
pas non plus que si nous voulons que notre Vie soit Belle,  
alors maquillons la nous même !!! Restons Unis Comme les  
cinq doigts de la main. Droit dans nos bottes ... Ne lâchons  
rien même pas un P... Comme je l'ai déjà dit dans les  
épisodes précédents ... Soyons audacieux et Osons le faire  
le plus simplement du monde et restons humble ...

La Cigogne !!! Emblème de la naissance, de cette nouvelle année,  
de nouveaux Projets et défis en commun, sur le macadam  
bien-sûr. Tous Mes Vœux de Bonheurs à Tous les clubs  
d'Athlétisme du Haut de FRANCE ; je dirais même mieux ; tout  
simplement du Haut.

info 6527 Kms au Compteur de Forest Gump pour l'année 2018  
ce qui représente une moyenne quotidienne de 17,882 Kms/J

518 Sorties  
45 Compétitions

liste des chronos de

10Kms de Fleurbaix	35' 38"	<u>Minima FRANCE</u>
Semi-Marathon de Phalempin	1h 29'	
Marathon de ALBI	3h 08'	
100Kms de Steenwerck	9h 06'	

Décroché 3 sélections aux championnats de FRANCE

10kms de Lievin	41' 27"	
Semi-Marathon de St Omer	1h 28' 47"	<u>Minima FRANCE</u>
Marathon de ALBI	3h 08'	<u>Minima FRANCE</u>

Le 31 décembre 2018 ; Forest Gump vient de souffler sa dixième "Bougie"  
cela fait dix années que sa machine infernale revu

55513 Kms : 3652 jours cela représente une

moyenne de 15,200 Kms/J parcouru depuis le 01 Janvier 2009

— Mais n'oublions pas que le plus important : Seule la victoire  
sur soi-même compte ; c'est ce qu'il y a de plus Beau ; de plus  
Fort.





**COURSE À PIED**

**Christian Bollengier toujours en forme !**

Christian Bollengier, 54 ans, licencié de l'US Marquette et entraîné par Didier Idziak, courra lors des Championnats de France de semi-marathon qui auront lieu à Saint-Omer le 28 octobre. Ce week-end lors des boucles de l'Aa à Sportica Gravelines, le coureur flamand a réussi à obtenir les minima pour les championnats de France de 10 km en courant la distance en 39'57. « Si je décroche les minima, c'est-à-dire 1 h 30 sur le semi-marathon à Saint-Omer, je serais qualifié pour l'année prochaine. Je compte sur mon public pour venir m'encourager. Je vais me battre jusqu'au bout pour représenter la Flandre. »

**COURSE À PIED**

**Christian Bollengier a décroché les minimas**

Ce dimanche 28 octobre, Christian Bollengier, l'Hazebrouckois licencié à l'US Marquette, s'est confronté aux cadors nationaux du semi-marathon lors du championnat de France qui a eu lieu à Saint-Omer. Dans sa catégorie, master 2, il a réalisé un chrono d'1 h 28 '47" le classant 375<sup>e</sup> sur la totalité des coureurs qui étaient 790. Il est donc assuré de participer au championnat de France de 10 km, de semi-marathon et de marathon pour l'année 2019. Une performance à saluer...

Un petit clin d'œil à l'un de mes attachés de Presse Piéfiri Monsieur Gesquière Bruno membre et ancien Président du club de Handschoote...

D'ailleurs une pensée pour toute l'équipe... Je ne dirais qu'une chose "Allez les Verts"

et Rendez-vous à la course de l'anguille le Dimanche 27 Janvier de L'un 2019 Course incontournable

"Je vous Promets la misère !!"  
"Monsieur Forest Gump surnommé christian." Toujours ; Vivant...  
Plus que Jamais.

Objectifs Pour l'année 2019

- Honorer mes trois qualifications au championnat de FRANCE FFA
- du 10 Kms à Canet en Roussillon (Pyrénées Orientales) le 06.10.19
- du Semi-marathon à Auray Vannes (Morbihan) le 15.09.19
- du Marathon à Metz (La Moselle) le 13.10.19

et bien sûr participer à de nombreuses courses de cette belle région du Haut de FRANCE; pour ne pas dire du Haut de FLANDRE et courir plus jamais. Encore et Encore. 2/4



**REPOS FORCÉ  
POUR LE « MARATHON MAN »**

Le coureur à pied le plus célèbre de Flandre vient de jouer de malchance. On connaît tous la bonne humeur de Christian Bollengier, sa gentillesse, sa joie de vivre, ses conseils pendant une course pour ne jamais laisser quelqu'un de côté. Alors que l'on parle actuellement beaucoup de fracture sociale, l'Hazebrouckois, le « marathon man » comme on l'appelle quelque fois, n'a pas trouvé mieux que d'être victime d'une fracture de la clavicule en participant à une course pour le Téléthon. Comme il le dit lui-même, « je reviendrai dans deux mois encore plus fort ».

**FLANDRE EXPRESS**

« Une Promesse pour la fracture sociale »  
avec ma fracture de la clavicule  
le 08 décembre 2019 ... Une façon aussi  
pour Forest Gump de décrocher deux anneaux ;  
on dira qu'il m'en manque encore très  
pour décrocher les Jeux olympiques...

LOL !!!

Toujours garder la bonne humeur, même  
dans les moments difficiles...

créer des ondes positives !!!

Une FIN d'année avec une entrée au  
stand pour Forest Gump !!!

Mais Toujours debout et bien vivant

- Pour ce qui est de mon début d'année 2019 ; il me faudra subir une  
petite opération chirurgicale ... Ne vous inquiétez pas... je vous promets à  
tous un Retour Gagnant pour le mois de février 2019.

Je vous dis bien cela (à tous mes Compagnons de Route...)  
vous faites parti de Moi ; j'ai tant besoin de votre soutien...

Restons Passionnés !!!

Restons Déterminés !!!

Plus que jamais pour Moi  
et pour vous tous  
signé Forest Gump et  
les siens...

## « La victoire sur soi-même »

Pour Christian Bollengier, 55 ans, membre de l'association des Ch'tis Coureurs de Bavinchove et licencié à l'US Marquette, la course à pied est une bonne école de la vie...

### Christian, quel est votre parcours ?

« J'ai commencé à courir à 14 ans, avec une performance de 9'04 au 3 000 m, c'était une performance de haut niveau, j'avais le profil de coureur à pied, malheureusement, j'ai fait une chute de 11 m et après un an et demi d'arrêt, je me suis remis à courir, mais le plus dur, ce n'est pas de tomber mais de se relever. »

### Vous renvoyez une image positive dans les pelotons...

« En 1987, on m'a découvert une spondylarthrite ankylosante, comme je suis un battant, je me suis mis au vélo, mais la course à pied me manquait, je mets sur le devant de la scène la médecine, j'ai un traitement qui tient la

route, je suis suivi à Saint-Philibert en rhumatologie, et en 10 ans j'aurais couru 56 000 km, je dis toujours que dans la course à pied, il n'y a pas qu'un champion, mais des champions. »

### Quelles sont vos courses préférées et les projets venir ?

« Peu importe car je suis un combattant, aussi bien les circuits plats que les bosses, mais j'aime le parcours de Boeschèpe, j'y viens tous les ans, il faut toujours se battre. J'ai réussi les minima pour participer aux championnats de France des 10 km près de Narbonne, pour le semi-marathon à Vannes, et pour le marathon. Cette année j'ai couru tous les jours, c'est ma force de vivre » ♦



Christian Bollengier  
Marquette  
54<sup>e</sup> en 48'20

Soyons Passionné  
Déterminé et aimant  
Pas les autres  
Monsieur Gump Forest  
i  
[Signature]