

## Paul Lalire peut prendre son envol



Paul Lalire nourrit de beaux espoirs pour les France de semi-marathon. Photo LBP

Dimanche après-midi, pour le compte des championnats de France, Paul Lalire s'alignera sur sa nouvelle distance de prédilection, le semi-marathon. Après la piste, le cross et le trail, le jeune homme veut continuer à progresser sur la route mais aussi à se découvrir. Ainsi, il a dû courir et même beaucoup courir en allongeant notamment les distances pour devenir compétitif dans sa catégorie : espoir. Aux côtés de son entraîneur de l'AC Chenôve, et tout nouveau papa, Jean Theurel, le semi-marathonien a donc avalé les kilomètres. «Pour faire du volume mais aussi éviter les blessures j'ai choisi de combiner le vélo et la course à pied. Lors de ma plus grosse séance hebdomadaire, je suis monté à treize heures d'effort avec six séances de course et deux de VTT», explique l'intéressé. Coureur, mais également très bon cycliste, Lalire a plus d'une corde à son arc et reste l'un des athlètes les plus talentueux de sa génération. Il fait en effet partie de ces jeunes Côte-d'Oriens qui, à l'instar de Khalid Chahid (Athlé 21), Thibaut Baudouin (DUC) ou encore Adrien Alix (Dijon Triathlon), devraient monter en puissance au fil des ans.

### Objectif top 5

en parallèle à sa préparation, Paul Lalire a également couru en compétition. Et comme on pouvait s'y attendre, les chronos sont descendus. Début septembre, le semi-marathon du Bien Public fait office de premier test. Un peu déçu de sa performance de 1h14'22», le Chenevelier continue à travailler et quelques semaines plus tard, au semi-marathon de Mâcon c'est le déclic attendu avec son temps record de 1h11'.

La performance ne passe alors pas inaperçue du côté de la Fédération Française d'Athlétisme. Convié à participer aux 10 kilomètres de Reims, Lalire marque les esprits avec un chrono de 31'30" et une belle 4<sup>e</sup> place. Dimanche, lors des championnats de France de semi-marathon entre Saint-Pol et Morlaix, Lalire compte bien frapper un grand coup. Il nourrit l'espoir de figurer parmi les cinq meilleurs espoirs français.

Romain LELIEVRE