

# Paul Aillery

Sealbhóir taifead domhanda

6 uair an chloig cat. M70

## In The Picture

Nollaig 2022



Ghlac Paul Aillery páirt i roinnt craobhchomórtais dhomhanda cheana féin. I mbliana bhí sé cheana féin mar churaidh na Fraince sa chatagóir M70 thar 100 km le linn an chomórtais i Belvès, le ham de 10h09m45s. I mbliana freisin rinneadh leas-churadh domhanda de i mBeirlín laistigh dá chatagóir aoise. In 2016 rinneadh curadh domhanda de sa chatagóir M65 agus in 2001 rinneadh curadh domhanda de sa chatagóir M50!

### Cathain a thosaigh tú ag rith ultra?

Nuair a bhí mé 44 bliain d'aois thosaigh mé ag rith agus dhá bhliain ina dhiaidh sin rinne mé an t-aistriú chuig rith ultra.

### Conas a roghnaigh tú na 6 uir Winter Challenge van Hamme chun an taifead domhanda a bhriseadh laistigh d'aoisghrúpa?

Tar éis dhá rás 100 km, nuair a rinneadh curadh na Fraince agus leas-chraobh dhomhanda orm, bhí mé ag iarraidh taifead an domhain a bhaint amach sna 6 huaire an chloig. Gach laistigh de mo raon aoise, ar ndóigh. Thug mé faoi deara gur rith mé 63.5 agus 65.2 km i 6 huaire sa dá rás 100 km seo. Ach ar ndóigh níl sé sin cláraithe. Mar sin bheartaigh mé an chéad iarracht a dhéanamh ar na 6 huaire in Andóra. Ach le linn an rása san Iodáil bhuaill mé tar éis beagán níos mó ná 5 uair an chloig de rásaíocht. Seacht seachtaine ina dhiaidh sin roghnaigh mé Hamme mar iarrthóir agam. Bhí roinnt buntáistí acu, ní gá duit a reáchtáil i gcorcail 400 méadar nó 1 ciliméadar. Bronnadh Lipéad Cré umha IAU ar an gcúrsa freisin agus dheimhnigh Kevin dom gur chomhlíon siad na riachtanais a bhí leagtha síos ag an IAU.

### Nuair a smaoiníonn tú ar do rásaí reatha go léir, cé acu ceann de na cuimhní cinn is fearr leat?

'Diagonale des fous' de 2005 cinnte uimhir 1. Sin rás atá 165 km ar fad agus a bhfuil níos mó ná 10,000 méadar ingearach! Reáchtáil muid an comórtas seo i bhfoireann de 3 daoine. Rith gach reathaí ansin ar feadh 32 uair agus 23 nóiméad. Agus bhuaigh muid freisin, níos mó ná trí huaire

déag chun tosaigh ar an dara foireann! Níor tharla sé seo riamh roimhe seo!

### Anois agus tú i do churadh domhanda sna 6 huaire laistigh den chatagóir aoise M70, an bhfuil rudaí fós ar mhaith leat a bhaint amach? An bhfuil tú chun ionsaí a dhéanamh ar thaifid dhomhanda ar bith eile? Nó an bhfuil tú chun siúl beagán níos suaimhní anois?

Bhuel, ar 2 Deireadh Fómhair, crashed mé ag an 6 uair an chloig de Andóra. Mar thoradh air sin, tá pian fós agam i mo easnacha agus tá mo lámh daingnithe freisin i dhá áit le bioráin miotail. Ba é mo dhara rás 6 uair an chloig a fuair mé taithí, agus ghlac mé páirt 50 uair cheana féin i 100 km. Mar sin teastaíonn cur chuige difriúil ó thaobh na hiomaíochta de le rith 6 uair an chloig. Ach leis an taithí bhreise feicim deiseanna. Má tá mé saor ó ghortú an bhliain seo chugainn, ionsaífidh mé taifead an domhain arís in Hamme agus ba mhaith liom 63 km a rith. Ós rud é go n-eagraíonn tú é seo i mí na Bealtaine freisin, is cosúil go bhfuil sé níos teo domsa, mar sin is cosúil gur cárta indéanta é sin!

### An bhfuil aon rud ar mhaith leat a chur ar aghaidh chuig na daoine eile (níos óige)?

Tá spóirt go maith don chorp agus don intinn. Deirimid freisin meon sláintiúil i gcorp sláintiúil, nó anima sana in corpore sano. Agus is dóigh liom go pearsanta go bhfuil rith riachtanach d'aon lúthchleasaí, beag beann ar a smacht.

### Go raibh maith agat as an agallamh Paul. Agus comhghairdeas arís ar do thaifead domhanda

nua 6 uair an chloig de rith ultra, laistigh den chatagóir aoise M70.

Kevin Simons