

In The Picture

novembre 2015

Marc Bemong

Campione belga maratona categoria M65

Campione Belga 24h categoria M65



Marc Bemong è nato a Genk. Non ha mai praticato sport fino all'età di 26 anni. Successivamente ha iniziato con la pallavolo, il ciclismo, il judo e l'allenamento di potenza. Nel 2000, il suo medico di famiglia ha consigliato di iniziare a fare jogging. Aveva allora 51 anni.

Quando hai iniziato a correre ultra?

Nel 2006 ho corso la mia prima corsa ultra. È stato subito qualcosa di speciale. Ho partecipato ad una corsa di 6 ore sul "Circuit Zolder".

Perché hai iniziato a correre ultra?

Ho iniziato a correre ultra perché ero alla ricerca di una nuova sfida dopo sei maratone.

Quale percorso di corsa pensi sia il più bello da correre?

Il più bel percorso di corsa è vicino a casa mia. È un percorso in mountain bike attraverso l'Hageland.

Quale titolo ottenuto ti dà più soddisfazione?

Ho vinto il mio titolo più bello l'anno scorso alla 100 km di Maasmechelen. Sono diventato Campione Belga categoria M65 in un tempo di 9h59m1.

Ci sono obiettivi specifici per il futuro?

Spero di poter continuare a camminare a un livello ragionevole per la mia età il più a lungo possibile.

Che consiglio vorresti dare agli altri corridori?

Anche il mio consiglio agli altri corridori è qualcosa che ho dovuto imparare. Se le cose non vanno bene, devi andare avanti. La condizione o la velocità ritorneranno quindi.

Attualmente pratichi altri sport oltre alla corsa?

Pedalo un po' per riprendermi da una corsa di 20-50 km.

Ti alleni appositamente per un obiettivo o ti alleni secondo il tuo sentire?

Mi alleno sempre secondo il mio sentire.

Ti piacerebbe di più se ci fossero più gare su strada per l'ultra running in Belgio?

Certamente! Ciò che è possibile nei Paesi Bassi dovrebbe essere possibile anche qui.

A quale ultra runner o ultra runner ti ispiri di più?

Leo Pardaens. Quest'uomo è della stessa zona e per di più è un ultra runner super motivato!

Riesci a tollerare bene le condizioni climatiche calde e fredde?

Mi esibisco di meno in condizioni di tempo freddo. Preferisco le condizioni atmosferiche intorno ai 25°C.

Hai mai riscontrato problemi mentre camminavi con cibo o simili?

Non proprio. La mia bevanda preferita durante l'ultra è la cola e preferisco mangiare una banana mentre cammino.

Grazie per l'intervista Marc.

Vi auguriamo buona fortuna con le vostre gare di corsa. Non vediamo l'ora della tua prossima partecipazione!

Kevin Simons