



**CCRMSB**  
Club des Coureurs sur Route  
du Mont-Saint-Bruno

# Foulée d'honneur Intronisation 2018



## *Bruno St-Pierre*

*par François Lecot*

### Il y a ...



### Nous on a



# Critères de la foulée d'honneur

À la base

- ✓ Membre en règle pendant plusieurs années

À fait sa marque des façons suivantes :

- ✓ Par ses exploits sur la route
  - Grand nombre de marathons et d'ultra-marathons,
  - Bonnes performances de temps en course.
- ✓ Par sa ténacité et sa discipline a réussi à performer et à s'améliorer face à lui-même
  - Dépassement, motivation, discipline.
- ✓ Par son implication et/ou son attitude a réussi à rehausser la qualité des relations entre tous les membres
  - Grande participation aux activités sociales,
  - Engagement social dans le Club.

3

# Coureur du CCRMSB depuis 2007

La Foulée - numéro 120 18 mai 2008

### Témoignage de Bruno St-Pierre

Je tenais à remercier le Club pour tout ce que vous m'avez apporté en 2007. C'est la première fois que je suis membre d'un club de course aussi bien structuré avec un si bon climat social, et j'en suis très heureux.

Tel qu'indiqué à Stéphanie par courriel à l'automne, j'ai bien l'intention de continuer dans les activités du Club en 2008 et je serai très heureux de travailler plus dans l'organisation de la foulée. Vu que le minimum de l'Assemblée Générale d'été. Mes travaux mes habitudes ne me permettent pas de me pointer volontairement pour fournir du contenu au site web ou pour être au départ d'une course.



Tel que mentionné hier, j'ai participé à un ultra-marathon le 20 janvier dernier au Nouveau-Monde. J'ai terminé les 38.5 milles d'un parcours dans des montagnes (altitude de 5 300 à 8 900 pieds) en la glace et les nombreuses aiguilles ont rendu de difficile. J'ai tout de même terminé 27 sur 47 participants et j'ai pu me sentir bien assuré. Il s'agit de pour moi d'un marathon ou ultra-marathon sur la route vers ma quête de marathons dans les 50 états et dans les 10 provinces.

A part ça, j'ai complété les 4 courses suivantes depuis le dernier entraînement formel du Club, pour terminer l'année 2007 avec un total de 18 marathons et 3 ultras :

- 4 nov: marathon de New York (4:00:59),
- 2 déc: marathon de Bâton-Rouge en Louisiane (3 :55 :34),
- 15 déc : 50km style "Far Ass" (i.e. minimum d'organisation...) à Lancaster en Caroline du Sud (5:15:54), et
- 16 déc : marathon de Jacksonville en Floride (4:17:37).

2008 sera une année plus relaxe pour moi et je prévois me concentrer davantage sur la qualité que sur la quantité de marathons, question de tenter de faire de meilleurs temps, surtout à l'automne.

Ciao,  
Bruno



11 marathons  
4 ultra-marathons

4

# Accomplissements

À fond dans le «fond» :

- Marathon **S** :
  - 1997, premier marathon,
  - Au 27 octobre 2019 : 159.
- Ultra-marathons : 27, dont 9 x 24h

#158



• «Séries» :



- 2006, premier 2M en 2 jours,
- 2009, Lake Tahoe Triple (3M en 3 jours),
- 2006-2009, 36 mois consécutifs avec au moins 1 M,
- 2010, Super Triple (M + M + 3M en 3 jours),
- 2018, 6M en 6 jours.

5

# Mentions spéciales

2013 : Plus jeune Québécois à compléter 100 marathons.



2014 : 50 *Staters* (déc.) et 10 provinces canadiennes (sept.).



2019 : 2<sup>e</sup> au Championnat canadien de 24h : 188,49km

6

## Le personnage



Gestionnaire  
de projets

- Calme,
- Discret,
- Humble.
  
- Organisé,
- Persévérant.



Coureur  
«en mission»

7

## Discret bien qu'il soit connu



2014 : Journal de Montréal, 17 décembre

Des marathons et un homme (Véronique Champagne)

2015 : Radio-Canada, 6 février


Qu'est-ce qui fait courir le marathonien Bruno St-Pierre? (Robert Frosi)

2017 : Radio-Canada, 15 octobre




Dans la tête d'un superhéros (Émission Second regard)

8

2017  
Whitehorse  
-20°C



2012  
Désert marocain  
8h : 20°C, midi : 39°C

**Détermination**

9

À travers les défis ...

... rester debout!



Car ...

«quand on court le marathon on frappe le mur qu'on appelle dans le monde de la course, mais en ultra on en a plusieurs.»

10

## Marathon une épreuve individuelle qui peut se vivre en équipe

Ces compagnons de voyage :

- Marc Dagenais,
- Mathieu Girard,
- Laurent Jugant,
- Gilles Cadotte, Stéphane Lachapelle et Daniel Lamontagne, etc.



11

## Courses par équipe

- Relais Brossard-Sherbrooke, 2010



- Relais Memphré, 2010 (Boutique Endurance)

- Marathon des sables, 2012 (246,5km)



12

## Aspects communautaire et implication

- Contribution au journal La foulée
- EDLC (2010-2012)
- Bénévole aux
  - 21k de Montréal,
  - Grande virée des sentiers.
- CCRMSB (2018) pour la détermination de la mission du club



13

## Bravo Bruno!



14