

# Sports

Je pratique le vélo de route, la course à pied et le ski, principalement alpin. En vélo, j'ai monté quelques cols dans les Alpes françaises, à savoir le [Col du Galibier](#) depuis Valloire, le [Mont Ventoux](#) depuis Malaucène, le [Col des Gets](#) et le [Col de Joux Verte](#) depuis Morzine et le [Col de Joux Plane](#) depuis Samoëns.

Les stations de ski dans lesquelles je suis allé sont (toutes dans les Alpes françaises) : La Rosière (lien vers [You Tube](#)), Risoul, La Chapelle d'Abondance, Méribel, La Plagne, Les Orres, Valloire, Les 2 Alpes, Val d'Isère, Châtel, Les Coches et Val Cenis.

J'ai commencé à apprendre à jouer basket en Vétérans à la [JS Soignies](#), ce n'était pas évident sans connaître les fondamentaux et les techniques de jeu collectif... J'ai donc abandonné !

En septembre 2019, j'ai participé à mon premier triathlon "Half Ironman" (1,9 km nat. – 90 km vélo – 21,1 km running) aux Lacs de l'Eau d'Heure (Belgique). J'ai terminé en 5h47.

Mes meilleurs chronos en course à pied (depuis septembre 2014) jusqu'à présent sont :

- 5 km : 19'00"
- 10 km : 39'20"
- 20 km : 1h22'14" (27/10/2019, Frankfurt)
- Half-Marathon (21,095 km) : 1h26'35" (05/05/2019, Saint-Ghislain)
- Marathon (42,195 km) : 2h58'08" (07/10/2018, Köln)

J'ai couru 8 marathons (Anvers 2016 en 3h20', Amsterdam 2016 en 3h16', Anvers 2017 en 3h37', blessé, Reykjavik 2017 en 3h07', Namur 2018 en 3h03', Köln 2018 en 2h58', Brussels 2018, 3 semaines après Köln, en 3h07' et Frankfurt 2019 en 3h00').

