

Samira relie Londres à Bruxelles en roller avec un fauteuil roulant

[Home \(/\)](#) > [Régions \(https://www.lavenir.net/regions/\)](https://www.lavenir.net/regions/) > [Bruxelles \(https://www.lavenir.net/regions/bruxelles/\)](https://www.lavenir.net/regions/bruxelles/) > [Le fil d'actu \(https://www.lavenir.net/regions/bruxelles/filactu/\)](https://www.lavenir.net/regions/bruxelles/filactu/) - 27/08/2018 à 07:56 - Maryline CHALON - L'Avenir



En 2012, la course reliait Paris à Londres. Cette année, les participants relient Londres à Bruxelles.
Crédit : Londres-Bruxelles organisation (archive)

Samira Elbeniaich participe à une course un peu particulière au départ de Londres ce matin. Rollers et fauteuils roulants, de quoi en étonner plus d'un.

Trois équipes de trois nationalités différentes – belge, française et anglaise – vont s'affronter pendant 6 jours sur 400 km. Dans chaque équipe, il y a une ou plusieurs personne(s) en fauteuil roulant.

«Je connaissais déjà l'équipe belge qui avait réalisé le Paris-Bruxelles en 2014, explique Samira Elbeniaich, qui participe à cette course pour la première fois. Je m'y intéresse pour le plan humain, mon objectif est de relever le challenge pour les personnes en fauteuil roulant car elles ne peuvent le réaliser seules. Parcourir 80 km par jour n'est pas compliqué pour quelqu'un qui a l'habitude de faire du roller, c'est vraiment pour que les personnes à mobilité réduite vivent un moment exceptionnel.»

Équipe belge

L'équipe belge de Rouli Roula se compose de 12 participants. Neuf personnes en rollers dont Samira, et une personne en fauteuil roulant qui sera poussée par ses coéquipiers. Les deux autres personnes sont à vélo pour sécuriser les carrefours.

Avec les deux autres équipes, française et anglaise, la course compte une soixantaine de participants. Durant leur périple, les concurrents vont dormir dans des gymnases.

«Ça va vraiment être nouveau pour moi, commente Samira. Je n'ai pas l'habitude de faire du camping, de dormir sur des matelas gonflables.»

Le roller en train

«On voyage en train, indique Samira. On distingue deux sortes de trains: le train qui roule, c'est-à-dire que les participants sont en file indienne et profitent ainsi des forces des uns et des autres. Le second est le train qui pousse, c'est-à-dire que les personnes se poussent, toujours en file.»

Lorsque les participants se poussent, leurs mouvements doivent être concordants.

«Il faut gérer la transmission de la force, relève-t-elle. Les participants doivent être synchronisés dans le train afin de ne pas perdre de force.» Et de veiller à la vitesse et à la maîtrise de son train: «Le plus difficile est de gérer l'énergie dans les virages en montée. J'ai déjà assisté à un accident. On atteint facilement les 30 km/h.»

Fauteuils et rollers spéciaux

Les fauteuils roulants sont équipés spécialement pour ce type de course. Une plus grande roue est ajoutée à l'avant ainsi qu'un frein. Ainsi les deux petites roues ne touchent plus le sol. Du côté du roller, il en existe des adaptés pour les grandes distances. «Les roues sont plus grandes et le chausson plus épais, détaille Samira. Il faut compter environ 300€ pour une paire.»

Ce défi qui allie roller et fauteuils roulants existe depuis six ans et relie Paris, Londres, Bruxelles et Strasbourg selon les années. Il est organisé par trois associations de trois capitales; Mobile en Ville à Paris, Wheels and Wheelchairs à Londres et Rouli Roula à Bruxelles.

Cet été, tous les lundis, rencontre avec des voyageurs peu ordinaires puisqu'ils ont choisi de laisser la voiture au garage.

Le roller, de balades en courses

«J'ai participé à quelques balades en roller organisées par l'ASBL Rouli Roula, raconte Samira Elbeniaich. Je n'avais pas l'esprit de compétition.

Puis j'ai voulu être bénévole aux 6 heures du Rouli Roula en juin 2017. Mais l'organisation n'avait pas besoin de bénévoles alors j'y ai participé.» S'enchaînent ensuite les 24 heures du Mans début juillet puis le Bruxelles-Amsterdam en 24 heures à la mi-juillet.

200 km entre Bruxelles et Amsterdam

«Durant les longs trajets, on fait le vide dans sa tête, on se focalise sur le patinage, explique-t-elle. On ne pense à rien d'autre, on rentre dans un automatisme. On fait confiance aux gens devant, lorsqu'on fait partie d'un train. Puis on fait le décompte des kilomètres restants: 40, 30 puis 20 km.»

Sur les 200 km séparant Bruxelles d'Amsterdam, la douleur s'est fait ressentir. «Elle s'installe dans les chevilles, précise-t-elle. Les patins en carbone amortissent très peu. On doit donc faire des pauses entre 15 minutes et une heure maximum. Pendant les longues pauses, on peut retirer les rollers. Mais la plupart des arrêts ne durent que 15 ou 20 minutes.» La jeune femme apprécie réaliser ces parcours en équipe. «Nous étions cinq personnes en train», détaille-t-elle.

Samira s'est lancée dans les courses de rollers l'an passé. Mais elle pratique d'autres sports depuis plus longtemps, ce qui l'aide à supporter les longues distances. «Je participe aux rollers parades, précise-t-elle. Je pratique aussi la course à pied, la musculation et je fais du vélo. »

Pour suivre les actualités de l'événement : www.london-brussels.org (<http://www.london-brussels.org/fr/>)