



## En librairie : Bêtes de course, pour l'amour de la nature et la joie de la course

Il est l'un des plus grands spécialistes de la physiologie et du comportement des espèces animales. Un zoologiste reconnu. Tout autant qu'il l'est depuis les années 1980 au sein de la communauté de l'ultra-marathon. Avec à la clef des records américains sur 200 kms, 100 miles et 24h, et mondiaux sur 50 miles et 100 kms chez les masters. Autrement dit, Bernd Heinrich cultive d'un côté l'amour et l'admiration de la nature et, de l'autre, le plaisir de la course. Sur longue distance si possible.

Au milieu de nombreuses publications sur le comportement animal, la biologie, l'écologie et l'évolution, *Bêtes de course* est l'unique ouvrage où il est question de sa passion pour le sport. Mais pas seulement... « Je voulais mêler mon vécu de la course à la biologie humaine pour essayer de comprendre ce qui nous rend différents des autres espèces et quels sont nos points communs », explique l'Universitaire. « En tant que zoologiste, il m'a semblé tout naturel d'aller étudier les autres espèces championnes de l'endurance. »

Déroutant et fascinant

Il ne s'agit donc pas d'un livre de conseils d'entraînement. Il est plutôt question du partage de sa propre expérience et d'Idées que ses recherches sur les animaux lui ont inspirées. A travers, notamment, la préparation et le récit de ses premiers 100 kms à Chicago qui l'avaient alors contraint d'affronter les adaptations physiologiques nécessaires à une telle épreuve.

Si l'aspect scientifique accompagne forcément le lecteur tout au long des vingt chapitres de ce passionnant ouvrage, il n'en est pas pour autant assommant. Au contraire. Il même plutôt déroutant et fascinant de découvrir comment l'observation des insectes et les dromadaires peut permettre de comprendre le rôle majeur de la régulation de la température corporelle pour maintenir un effort, particulièrement par de forte chaleur... Entre autre !

*Bêtes de course* de Bernd Heinrich, Guérin, Editions **Paulsen**, 277 pages, 25 euros