

Ça faisait des mois que je n'avais pas couru.



J'ai pourtant couru comme jamais je ne l'avais fait.



Les premières minutes sont les plus dures. Ça tout le monde le sait.



On a du mal à respirer. Les jambes sont lourdes, on se dit qu'on ne va pas pouvoir aller bien loin.



Et puis le rythme s'installe, le souffle se pose.



J'expire sur deux temps, j'inspire sur deux temps.



Toujours...

