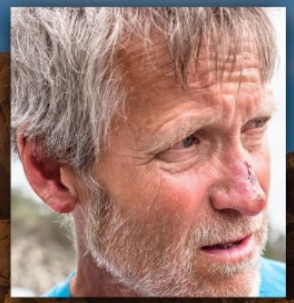
U.S. WE CAN

2019

www.patrickmalandain-ultrarun.com



ETATS-UNIS

New York - Los Angeles

ACROSS

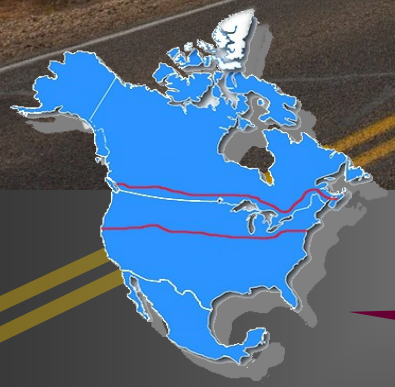
12000 km

CANADA

Vancouver - Halifax

"Attendez, je refais mes lacets !"*

** "Wait, I'm lacing my shoes !"*



Patrick Malandain crosses the United States and the Canada 7450 Miles

PatRun Organisation

Le nouveau défi de Patrick MALANDAIN

U.S. WE CAN

En 2011, l'athlète Allemand Achim Heukemes réalise le premier **Round Trip sur le sol Américain.** Un aller à vélo, et un retour en courant, New York - San Diego - New York. Un double **Coast to Coast** Atlantique – Pacifique – Atlantique.

Le 18 mai 2019, trois ans après son défi « La France Pour Continent », Patrick se lance à son tour dans l'aventure mais le tout **en courant**. Son trajet : **New York - Los Angeles** (États-Unis) **Vancouver – Halifax** (Canada). Près de **12000 km.**

Son objectif : **Une double traversée de continent en un temps ''Express'' !**

TRANS – AMERICA

4935 km

11 Etats traversés
New Jersey
Pennsylvanie
Ohio
Indiana
Illinois
Iowa
Nébraska
Colorado
Utah
Névada
Californie

Quelques chiffres
16 à **18** heures de course au quotidien
253 Marathons
154 000 foulées
679 000 calories dépensées
15 Paires de running
11 Kg (perte de poids estimée)

TRANS – CANADA

5806 km

8 Etats traversés
British Columbia
Alberta
Saskatchewan
Manitoba
Ontario
Quebec
New Brunswich
Nex Scotia

La finalité

Le 18 mai, Patrick s'élancera de **New York** pour rejoindre en courant **Los Angeles** sur la côte Ouest des États-Unis. Aussitôt réalisé et après une étape de liaison en voiture, il partira de **Vancouver** au Canada et s'élancera de nouveau dans son round trip en courant à destination de **Halifax** sur la côte Est du Canada. Le tout dans un délai le plus bref.
Patrick compte ainsi établir une marque de référence aller et retour sur le **continent Nord Américain**.

Il sera le premier coureur a réaliser une double traversée de continent.

Suivre la course

Vous pourrez suivre l'évolution de la course de Patrick via sa balise de géo localisation, aussi sur les réseaux sociaux et son site internet. Pour réussir,
la course doit être partager, fédérer les collaborateurs, et les pratiquants de sport et tous ceux et celles adeptes de l'effort.

L'équipe

Une **équipe minimaliste** et **familiale** et **expérimentée** accompagne Patrick. **Fabienne** sa compagne qui prépare toutes ses courses **depuis 2007** sera sur le terrain et aura en charge l'ensemble de la logistique, itinéraires, ravitaillements, couchages, soins, photos...
Mathurin son fils resté en France sera en charge de l'ensemble de la communication.
Le matériel sera embarqué dans un Camping car affrété dans le **port d'Anvers** en partance pour le continent Américain.

Qui est Patrick Malandain

Né en 1960, vit à Montivilliers en Seine Maritime. Coureur longue distance, Il a commencé à courir à l'âge de 30 ans. De juin 2009 à novembre 2013, il a traversé 3 continents sans un seul jour de repos.

En 2016, il devient le premier homme à courir 100 km/jour pendant 100 jours, soit 10 000 kilomètres

- 2009 : Le Havre Istanbul, 3260 km en 53 jours soit 61 km/jour
- 2011 : Los Angeles – New York, 5139 km en 70 jours soit 73 km/j
  2ème au scratch, meilleure performance Française
- 2013 : Sydney – Perth, 3861 km en 38 jours soit 100 km/j
  Record du monde de la traversée
- 2016 : « La France pour continent », Patrick court 10 000 km à travers la France en 99 jours,
  il bat le **record du monde** de la distance à la moyenne de 101 km/j
- **Recordman** des 1000 km de France 2014 en 8 jours 4 heures, soit 123 km/j
- En 10 années, Patrick a couru la distance totale de 65 000 km. Depuis 2012 à chaque projet, Patrick ne court jamais moins de 100 km en moyenne au quotidien.

Quelques chiffres
Taille : **1,65** m
Poids de forme : **59** kg
Rythme cardiaque au repos
44 : pulsations/minute
Rythme cardiaque en course
110 : pulsations/minute

Patrick et les médias

150 articles de presse (Le Monde, l'Equipe, Presse spécialisée, presse Havraise et internationale (Etats-Unis – Allemagne – Turquie)

32 passages audiovisuels (LCI – France Info France 2 – France 3 – NRJ France Bleu...)

34 interventions publiques et privées

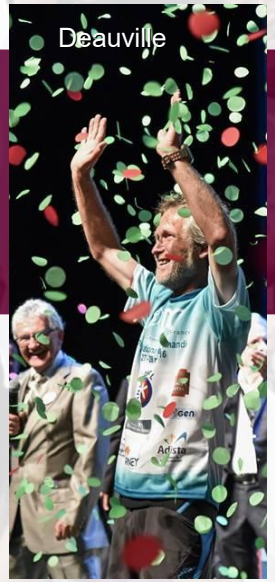
En 10 ans, **62** entreprises ont été partenaires d'un ou de plusieurs défis de Patrick

Les valeurs

Le sport, le partage, l'effort, la santé, le rêve sont les facteurs essentiels pour l'équilibre humain. C'est au pied du mur que l'homme se révèle. C'est en cherchant à se dépasser que ses sentiments les plus profonds ressurgissent. La simplicité, la tolérance, l'humain.

Courir de cette façon n'est pas vain, cela offre l'évasion, révèle nos aptitudes, ouvre la porte de chacun avec détermination. Avec la volonté, cela démontre que tout est possible.

« Le rêve n'est pas une utopie, il est la visualisation de ce que l'on peut réaliser »



"Attendez, je refais mes lacets !"

" Wait, I'ma lacing the shoes ! "

Suivez Patrick sur

Http://facebook.com/patrick.malandain9

www.patrickmalandain-ultrarun.com

Contact :
PatRun Organisation
Patrick Malandain 07 68 34 44 20
patrick.malandain@gmail.com

Crédit photo : PatRun Organisation – David Antoine