

UNE PRODUCTION FRENCH à LA CARTE

FRENCH

Listen more to speak better

TO GO

EPISODE 47: LE MARATHON DE PARIS

כדי להתחיל את הפרק הזה, לשם שינוי, אני אעשה קצת פרסום - אבל אל דאגה! אני לא מדברת על פרסום לנותן חסות, טאבלט חדש, מותג של מכונת קפה או מאפייה צרפתית... לא, אני הולכת לדבר אתכם 3 דקות (הפעילו את הטיימר) על שיעורי השיחה שלי. כי אם אתם מאזינים לפרק הזה בתחילת אפריל 2022, עדיין יש לכם זמן להירשם.

אני קוראת לזה "שיעורי שיחה" אבל בעצם הם לא באמת "שיעורים". אתם מדברים. אני שואלת שאלות כדי להתחיל את הדין, וכמובן

Pour commencer cet épisode, une fois n'est pas coutume, je vais faire un peu de pub (de publicité) - mais ne vous inquiétez pas ! Je ne parle pas de publicité pour un sponsor, une nouvelle tablette, une marque de machine à café ou une boulangerie française... Non, je vais vous parler 3 minutes (top chrono) de mes cours de conversation. Parce que si vous écoutez cet épisode début avril 2022, vous avez encore le temps de vous inscrire.

J'appelle ça "des cours de conversation" mais en réalité ce ne sont pas des "cours" à proprement parler.

שאיני עוזרת לכם אם אתם צריכים אוצר מילים. אני מתקנת אתכם אם זה לא ברור - אבל אני לא אתקן את כל השגיאות של זכר, נקבה, מילת יחס, הגייה וכו' אחרת תפסיקו לדבר! אז הרעיון הוא, עבורכם, להצטרף לאנשים אחרים בעלי אותה רמה בצרפתית לשיחה מכוונת, מודרכת... זהו, אני פועלת בתור מילון עזר. ואני יכולה להבטיח לכם שהשיעורים האלה באמת יעילים, כי הם מאפשרים לכם להתגבר על החסימות, ללמוד לדבר בצורה שוטפת יותר.

זהו, נגמרו 3 הדקות. אם אתם מעוניינים בשיעורי שיחה אלה, כנסו בהקדם לאתר האינטרנט שלי www.frenchcarte.com

אנו מגיעים כעת ללב העניין: מרתון פריז.

אני יודעת... זה נראה לכם מוזר שאני רוצה לדבר על המרתון כשאני לא אצנית... ובכן, אצנית גדולה... כי כמו שאמרה מאמנת קנדית, אני מאזינה לפודקאסט שלה בשבועות האחרונים, מהרגע שאתה רץ - בין אם זה 2 קילומטרים מדי פעם או 10 קילומטרים שלוש פעמים בשבוע - אתה אצן, או אצנית. אז, עם שתי הריצות הקצרות שלי בשבוע, אני גאה להודיע שאני עכשיו אצנית.

עם זאת, מרתון... אה, לא. למעשה, זה לא מושך אותי, זה לא מפתה אותי. אני לא אגיד שלעולם לא אשתתף במרתון (או חצי מרתון). אף פעם לא יודעים. אולי יום אחד גם אני ארצה להוכיח לעצמי שאני יכולה לעשות את זה. אבל

C'est VOUS qui parlez. Moi, je pose des questions pour lancer la discussion, pour commencer la discussion, et bien entendu je vous aide si vous avez besoin de vocabulaire. Je vous corrige si ce n'est pas clair - mais je ne vais pas non plus corriger toutes les erreurs de masculin, féminin, préposition, prononciation etc sinon vous allez vous arrêter de parler ! Donc l'idée, c'est, pour vous, de rejoindre d'autres personnes qui ont le même niveau que vous en français pour une conversation supervisée, dirigée... Voilà, c'est ça. Je suis là pour superviser et faire office de dictionnaire de référence. Et je peux vous assurer que ces cours sont vraiment efficaces, parce qu'ils vous permettent de dépasser vos blocages, d'apprendre à parler de manière plus fluide.

Voilà, les 3 minutes sont écoulées - ça veut dire qu'elles sont terminées. Si ces cours de conversation vous intéressent, allez vite faire un tour sur mon site www.frenchcarte.com

On rentre maintenant dans le vif du sujet, c'est-à-dire au cœur du sujet : le marathon de Paris.

Je sais... ça vous paraît bizarre que je veuille parler du marathon alors que je ne suis pas une coureuse... enfin, une GRANDE coureuse... parce que comme le disait une coach canadienne dont j'écoute le podcast ces dernières semaines, à partir du moment où on court - que ce soit 2 kilomètres de temps en temps ou 10 kilomètres trois fois par semaine - on est un coureur, ou une coureuse. Donc, avec mes deux petites sorties par semaine, je suis fière de vous annoncer que je suis désormais une coureuse.

Cela dit, le marathon... heu, non. En fait, ça ne me donne pas envie, ça ne me tente pas. Je ne vais pas vous dire que je ne participerai jamais à un marathon (ou semi-marathon). On ne

בינתיים, לא. אני מאוד מרוצה משתי הריצות הקצרות שלי של 4-5 קילומטרים.

sait jamais. Peut-être qu'un jour je voudrai moi aussi me prouver à moi-même que j'en suis capable. Mais pour l'instant, non. Je suis très satisfaite de mes deux petites sorties de 4-5 kilomètres.

כשאני מדברת על "להוכיח לעצמך שאתה יכול לעשות את זה", זה באמת עצם המרתון. לדעת כל אופן. עבור הרבה אנשים - אני לא יכולה להגיד לכולם כי אני לא בראש שלהם... עבור הרבה אנשים לרוץ מרתון הוא לאתגר את עצמם, להחליט לקחת על עצמם אתגר. זה לתת לעצמך מטרה להתעלות על עצמך, ללכת מעבר ליכולות שלך באופן כללי. ו... לפני כמה שנים, בטח הייתי מדברת לכם על אותם אנשים המשתתפים במרתונים כמו משוגעים, אנשים מוזרים למען האמת, שמסכימים לסבול בשביל מדליה, או אפילו לא... סתם להגיד שהם רצו מרתון, כדי להדביק מדבקה 42.2 על המכונית שלהם. אבל היום אני יותר מתונה. יכול להיות שזה הגיל... בכל מקרה, היום אני יכולה להבין למה אנשים מציבים לעצמם מטרות קשות, אפילו כואבות, שידרשו הרבה מאמץ, משמעת, חודשים ארוכים של הכנה, הכנה פיזית ונפשית לצורך העניין.

Quand je parle de "se prouver à soi-même qu'on en est capable", c'est vraiment ça, le marathon. A mon avis en tout cas. Pour beaucoup de gens - je ne peux pas dire tout le monde parce que je ne suis pas dans leurs têtes, ... pour beaucoup de gens, participer à un marathon, c'est se lancer un défi, décider de relever un défi, un challenge. C'est se donner un objectif pour se dépasser, pour aller au-delà de ses capacités en général. Et... Il y a quelques années, je vous aurais sans doute parlé de ces gens qui participent à des marathons comme des fous, comme des dingues, des gens franchement bizarres, qui acceptent de souffrir pour une médaille, ou même pas... pour dire qu'ils ont couru un marathon, pour coller un autocollant 42.2 sur leur voiture. Mais aujourd'hui, je suis plus modérée. C'est peut-être l'âge... En tout cas, aujourd'hui, je peux comprendre pourquoi des gens se fixent des objectifs difficiles, douloureux même, qui vont leur demander beaucoup d'efforts, de la discipline, de longs mois de préparation, de préparation physique et mentale d'ailleurs.

כי... אני לא מומחית לנושא, רחוק מזה, אבל ברור שהשתתפות במרתון - ובעיקר סיומו - היא הרבה מעבר לשאלה של יכולת פיזית לעשות זאת. זו גם ואולי אפילו מעל הכל שאלה של חוזק נפשי.

Parce que... je ne suis pas experte sur le sujet, loin de là, mais il est évident que participer à un marathon - et surtout le finir, c'est bien plus qu'une question de capacité physique à le faire. C'est aussi et peut-être même surtout une question de force mentale.

אז כן, היום אני כבר לא קוראת לאנשים האלה משוגעים. להיפך, אני מעריצה אותם. יש לי מסביבי כמה חברים ומכרים שהתחילו לרוץ בשנים האחרונות, באופן אינטנסיבי למדי, ואני

Alors oui, aujourd'hui, je ne traite plus ces gens de dingues. Au contraire, je les admire. J'ai quelques amis et connaissances autour de moi qui se

מוצאת את זה יפה, ואפילו ראוי להערצה, להיות מסוגל ללכת לפי תוכנית כל כך אינטנסיבית וקשה במשך כמה חודשים כדי לתת את הכל ביום אחד ספציפי, ללא תמורה אמיתית (פיננסית) מלבד שביעות הרצון והגאווה.

הפרק הזה יעלה לאוויר, כרגיל, מוקדם מאוד בבוקר יום ראשון. וכך, כשחושבים על זה, אם אתם מהראשונים להאזין לזה... אז תחשבו על כל האנשים האלה שמתכוננים לרוץ 42 קילומטרים. בואו נצדיע להם! ואם אתם מאזינים לפודקאסט הזה הרבה יותר מאוחר, כי ישנתם ביום ראשון - FAIRE LA GRASSE MATINEE פירושו לישון כל הבוקר או להישאר במיטה כל הבוקר... אז אם אתם גרים באירופה וקמתם מאוחר, או אם אתם גרים בארה"ב או קנדה ואתם בקושי קמים, אבל עם ג'ט לג (הפרש השעות בין מדינות)... בקיצור, הבנתם אותי, פספסתם את תחילת המירוץ, ואפילו אולי הסוף. ובכן, תחשבו לרגע על עשרות אלפי האצנים האלה שיש להם כבר יותר מ-40 קילומטרים מאחוריהם.

יאללה, קצת היסטוריה ועובדות, כדי שתסיימו להאזין לפרק הזה קצת יותר חכמים (או חכמות) מלפני. מרתון פריז הוא המרתון השני בעולם מבחינת "הגעה", אחרי המרתון של ניו יורק, כלומר במספר האנשים שמסיימים את המרוץ. מרתון פריז הראשון התקיים בשנת 1896. (אני כבר יכולה לראות את ההבעה על הפנים שלכם... רגע, מה... מה זה 1896? אז אני חוזרת בשבילכם: 1000, 8, 100, 1800. 96. 9.6. 1896. אז ב-סוף המאה ה-19. מרשים, לא?) אבל למעשה, אם נרצה להיות נכים, מרתון פריז כפי שאנו מכירים אותו היום

sont lancés dans la course ces dernières années, de manière assez intensive, et je trouve ça beau, et même admirable, d'être capable de suivre un programme aussi intense et difficile pendant plusieurs mois pour tout donner un jour précis, sans réel retour (financier) autre que sa propre satisfaction et fierté.

Cet épisode va être mis en ligne, comme d'habitude, très tôt dimanche matin. Et donc, quand on y pense, si vous faites partie des premiers qui l'écoutent... et bien pensez à tous ces gens qui sont en train de se préparer à courir 42 kilomètres. Saluons-les ! Et si vous écoutez ce podcast bien plus tard, parce que vous avez fait la grasse mat' ce dimanche - faire la grasse mat' ou faire la grasse matinée, ça veut dire dormir toute la matinée ou rester toute la matinée au lit... Donc si vous habitez en Europe et que vous vous êtes levés tard, ou bien si vous habitez aux Etats-Unis ou au Canada et vous vous levez à peine, mais avec le décalage horaire (le décalage horaire, c'est la différence d'heure entre les pays)... Bref, vous m'avez compris, vous avez raté le début de la course, et même peut-être la fin. Et bien, ayez une petite pensée, ça veut dire pensez un instant à ces dizaines de milliers de coureurs qui ont déjà plus de 40 kilomètres derrière eux.

Allez, un peu d'histoire et de faits, pour que vous finissiez l'écoute de cet épisode un peu plus intelligent (ou intelligente) qu'avant. Le marathon de Paris est le deuxième marathon du monde en termes d'arrivants, après celui de New York, ça veut dire en nombre de personnes qui finissent la course. Le premier marathon de Paris a eu lieu en 1896. (Je vois déjà l'expression de votre visage... Attends, quoi... c'est quoi, 1896? Donc je répète

קיים רק מ-1976. 1000. 9. 100. 1900. 76.
1976. 7.6.

ב-1976 השתתפו רק 126 אצנים, והמרוץ כולו התקיים ב-Bois de Boulogne. זהו פארק גדול מאוד בפרברי פריז.

עכשיו זה שונה לגמרי. בשנים האחרונות היו בממוצע 50,000 משתתפים. בשנת 2020 הוא בוטל עקב המגיפה ובשנת 2021 הוא נדחה לאוקטובר ורק 35,000 משתתפים נרשמו.

אבל בואו נדבר על המסלול. אה... המסלול... כן, אנחנו הולכים לדבר על זה כי לרוץ מרתון פריז זה לא רק לרוץ ברחובות ובפארקים של פריז. לרוץ מרתון פריז היום זה המסלול החדש לתיירים. אני צוחקת... אבל דעו שהאצנים עוברים במקומות הגדולים ביותר בפריז. מתחילים ליד שער הניצחון. לאחר מכן לכיוון Place de la Concorde, לאורך השאנז אליזה כמובן. אחר כך הם ילכו לאורך גני טווילרי (LONGER), זה אומר ללכת לאורך משהו, כאן לרוץ כמובן), הם יעברו את מוזיאון הלובר, rue de Rivoli, לכיוון האופרה גרנייה, פלאס דה לה בסטיליה. ובדרך חזרה יעברו ליד קתדרלת נוטרדאם ומגדל אייפל. לא רע, נכון?

ומכאן שאני יודעת שאתם אוהבים מידע מסקרן ומקורי, הנה כמה דברים על מרתון פריז. (ETRE FRIAND DE QUELQUE CHOSE) פירושו לאהוב משהו מסוים).

קודם כל, כמו בכל המרתונים, יש דוכנים שבהם

pour vous : 1000, 8, 100. 1800. 96. 9.6 1896. Donc à la fin du 19ème siècle. Impressionnant, non ?) Mais en fait, si on veut être honnête, le marathon de Paris tel qu'on le connaît aujourd'hui date de 1976 seulement. 1000. 9. 100. 1900. 76. 7.6. 1976.

En 1976, seulement 126 coureurs ont participé, et toute la course s'est déroulée dans le Bois de Boulogne. C'est un très grand parc dans la banlieue toute proche de Paris. Maintenant, c'est bien différent. Ces dernières années, il y avait en moyenne 50 000 participants. En 2020 il a été annulé à cause de la pandémie et en 2021 il a été repoussé au mois d'octobre et seulement 35 000 participants étaient inscrits.

Mais parlons plutôt du parcours. Ah... le parcours... Oui, on va en parler parce que courir le marathon de Paris, ce n'est pas juste courir dans les rues et les parcs de Paris. Courir le marathon de Paris, aujourd'hui, c'est le nouveau parcours du touriste. Je plaisante... Mais sachez que les coureurs passent par les plus grands lieux de Paris. Départ près de l'Arc de Triomphe. Puis direction Place de la Concorde, le long des Champs-Élysées bien entendu. Ensuite ils vont longer les jardins des Tuileries (longer, ça veut dire marcher le long de quelque chose, ici courir bien sûr), ils vont passer le musée du Louvre, rue de Rivoli, direction l'Opéra Garnier, place de la Bastille. Et au retour, ils passeront par la Cathédrale Notre-Dame et la Tour Eiffel. Pas mal, non ?

Et comme je sais que vous êtes friands de petites informations insolites, originales. En voici quelques-unes sur le marathon de Paris. (être friand de quelque chose ça veut dire aimer quelque chose en particulier).

Tout d'abord, comme dans tous les

מחלקים דברים קטנים לאכול. ובכן, עם מספר המשתתפים, זה אומר: 24 טון בנות, 7 טון תפוחים, 65,000 פרוסות ג'ינג'רבראד (זו עוגה עם ג'ינג'ר, אניס וארבעה תבלינים - תזכורת לעצמי, צריך לעשות פרק על העוגה הזו!), 45,000 פרוסות עוגה מתוקה (CAKE בצרפתית, היא עוגה שנאפתה בתבנית מלבנית, במקור עם צימוקים ופירות מסוכרים). זהו? פתחתי לכם את התיאבון? (METTRE L'EAU A LA BOUCHE זה ביטוי לומר שגרמתי לך לרצות, שפתחתי לך את התיאבון). וטוב שכך, כי יש כמובן הרבה מים במרתון פריז: 650,000 בקבוקי מים ליתר דיוק!

אנקדוטה קטנה לסיום? טוב, אז תדעו שב-1983 - אני חוזרת לאט. 1000. 9. 100. 1900. 83. 8. 3. 1983. אז, בשנת 1983, אלמונית זכתה במרתון, ג'קלין קורטיד. תוך שעתים 58 דקות ו-14 שניות. ומכיוון שהיא לא הייתה מוכרת בעולם הספורט, אנשים תהו אם היא באמת רצה לפי הכללים. חוץ מזה, היא אפילו לא באה לקחת את הפרס שלה. מוזר, נכון?

אגב, אתם יודעים כמה מרוויחים זוכי מרתון? אה... ידעתי שזה יעניין אתכם. ובכן, שני הזוכים (גבר ואישה) זוכים כל אחד ב-30,000 יורו. תדעו שבשנת 2017, זוג מקניה ניצח במרתון פריז. כן, הבעל זכה בקטגוריית הגברים, ואשתו בקטגוריית הנשים.

בסדר, זהו להיום. אם אתם מאזינים לפודקאסט הזה ביום ראשון ה-3 באפריל 2022, והמרתון עדיין לא הסתיים, אני מזמינה אתכם לצפות בו בשידור חי בטלוויזיה. אם אתם לא אוהבים מירוצים, לפחות תהנה מפריז! ואם אתם בפריז

marathons, il y a des stands où on distribue des petits trucs à manger. Et bien, avec le nombre de participants, ça équivaut quand même à : 24 tonnes de bananes, 7 tonnes de pommes, 65 000 tranches de pain d'épices (c'est un gâteau au gingembre, à l'anis, et aux quatre-épices - tiens, note à moi-même, il faudra faire un épisode sur ce gâteau !), 45 000 tranches de cake sucré (un cake, en français, c'est un gâteau cuit dans un moule rectangulaire, à l'origine avec des raisins et des fruits confits). Ça y est ? Je vous ai mis l'eau à la bouche ? (c'est une expression pour dire que je vous ai donné envie, que je vous ai ouvert l'appétit). Et ça tombe bien, parce que de l'eau, il y en a bien sûr beaucoup au marathon de Paris : 650 000 bouteilles d'eau exactement !

Une petite anecdote pour finir ? Et bien sachez qu'en 1983 - je répète lentement. 1000. 9. 100. 1900. 83. 8. 3. 1983. Donc, en 1983, une inconnue a gagné le marathon, Jacqueline Courtade. En 2 heures 58 minutes et 14 secondes. Et comme elle était inconnue dans le monde du sport, les gens se sont demandé si elle avait vraiment couru selon les règles. En plus, elle n'est même pas venue chercher son prix. Bizarre, non ?

Au fait, savez-vous combien gagnent les vainqueurs du marathon ? Ah... je me disais bien que ça vous intéresserait. Et bien les deux vainqueurs (homme et femme) gagnent chacun 30 000 euros. Et sachez qu'en 2017, c'est un couple du Kenya qui a remporté le marathon de Paris. Oui, le mari a remporté la catégorie hommes, et sa femme la catégorie femmes.

Bon, c'est fini pour aujourd'hui. Si vous écoutez ce podcast dimanche 3 avril 2022, et que le marathon n'est pas encore terminé, je vous invite à le regarder en direct à la télé. Si vous

עכשיו, קודם כל, איזה כיף לכם!! ושנית, לנו
לעודד את הרצים בשמי!

n'aimez pas la course, profitez au
moins de Paris ! Et si vous êtes en ce
moment à Paris, d'abord quelle chance
!! Et ensuite, allez encourager les
coureurs pour moi !

Crédits :

*Les podcasts French to Go sont une production French Carte - Delphine Woda /
frenchcarte@gmail.com*

Son : <http://www.freesound.org/people/klankbeeld/>



*Creative Commons Attribution – NonCommercial – NoDerivatives 4.0 International
License*