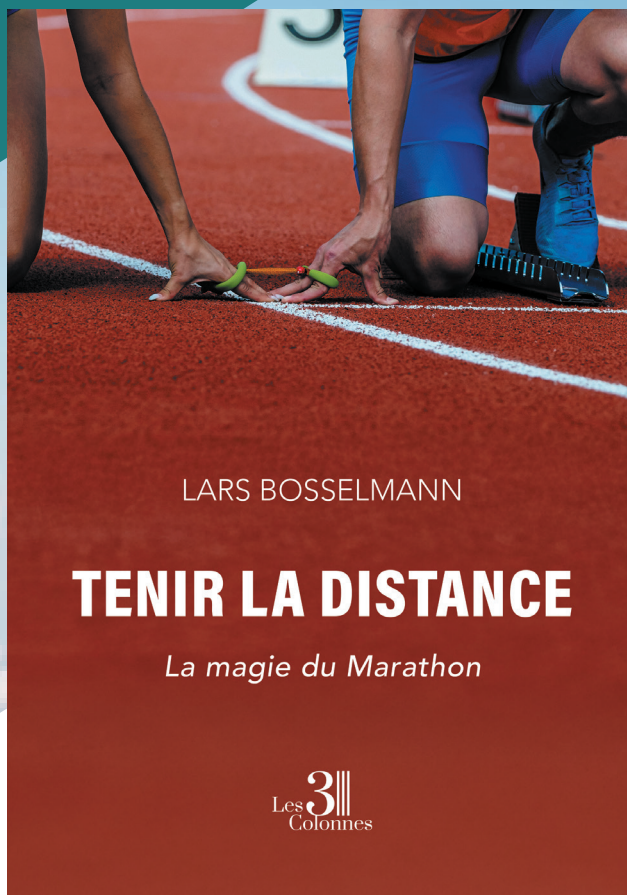


DOSSIER DE PRESSE

TÉMOIGNAGE



Les **3** Colonnes

ISBN : 979-10-406-2145-4

Format : 15 x 21 cm

Pages : 136

Prix papier : 13,50 €

Prix numérique : 8,99 €

MOTS DE L'ÉDITEUR

Dans *Tenir la distance*, Lars Bosselmann nous invite au cœur d'une aventure profondément humaine: celle d'un homme qui découvre la course à pied sur le tard et qui, pas à pas, repousse ses limites. Ce livre n'est pas seulement un récit sportif, c'est le témoignage sincère d'un non-voyant qui apprend à apprivoiser la distance, à s'entourer, à faire confiance, à douter et à se relever. Page après page, on suit un parcours inspirant, fait d'efforts, de rencontres et d'une détermination tranquille. Ce qui nous a touchés, c'est la manière dont l'auteur parvient à transformer chaque difficulté en moteur et chaque course en véritable moment de vie. Ce récit, empreint de simplicité et d'authenticité, s'adresse à tous: aux passionnés de sport comme à ceux qui cherchent une bouffée d'optimisme. Nous sommes très heureux de publier cet ouvrage qui, à coup sûr, donnera envie de chausser ses baskets... ou simplement de croire un peu plus en ses propres possibles.

QUATRIÈME DE COUVERTURE

Tenir la distance invite à plonger dans l'univers singulier d'un marathonien non-voyant, qui s'est lancé dans cette épreuve mythique avec une force intérieure remarquable. Loin des manuels techniques ou des récits de performance brute, ce témoignage explore la dimension humaine d'un défi hors norme. Le lecteur découvre l'intimité des préparatifs, l'intensité des départs, les douleurs qui forgent et les joies qui élèvent. À travers ses marathons, Lars révèle une vérité universelle : courir, c'est d'abord apprendre à se dépasser, mais aussi à s'appuyer sur les autres. La non-voyance transforme chaque foulée en aventure collective, portée par la confiance et le partage. Ce livre interroge notre rapport au courage, à la persévérance et au sens que nous donnons à nos propres défis. Accessible et profond, il éclaire le marathon comme métaphore de la vie. Une lecture inspirante pour quiconque rêve de franchir ses propres lignes d'arrivée.

BIOGRAPHIE

Né en Allemagne du Nord, Lars Bosselmann vit aujourd'hui à Paris où il s'engage pour les droits des personnes non et malvoyantes. Marathonien passionné, il parcourt plusieurs courses chaque année. Fêru d'histoire et d'actualité, il milite activement pour une Europe plus solidaire et unie.



PRÉSENTATION DU LIVRE

Retraçant le parcours singulier de Lars, marathonien non-voyant qui a découvert la course à pied sur le tard, *Tenir la distance* est plus qu'un simple récit sportif. Ce livre ouvre une fenêtre sur les émotions, les sensations et les épreuves d'un athlète hors du commun. Chaque course devient pour lui une aventure intérieure, un espace de dépassement mais aussi de fragilité.

Lars raconte avec sincérité ses victoires, ses doutes et ses échecs, offrant au lecteur un témoignage profondément humain. Sa non-voyance transforme la pratique du marathon en expérience collective, où la confiance et le partage occupent une place centrale. Courir devient alors un dialogue permanent avec ses guides, une aventure vécue à plusieurs.

Ce récit met en lumière la puissance de la volonté, au-delà des chronos et des médailles. Il questionne notre rapport à l'effort, à la persévérance et au courage. Loin des clichés héroïques, Lars nous invite à entrer dans son intimité de coureur. Ses mots vibrent d'une intensité rare, faite de sueur, de douleurs et de joies. *Tenir la distance* devient ainsi une métaphore universelle du chemin de vie. Ce livre inspire, touche et donne envie de se lancer, chacun à sa manière, dans son propre marathon.



STYLE D'ÉCRITURE

L'écriture de Lars Bosselmann est directe, vivante, volontairement accessible. Il raconte ses expériences comme on parlerait à un ami : sans artifices, sans recherche d'effet, mais avec un sens aigu des émotions et du détail juste. Son humour discret, sa lucidité et sa capacité à partager ses sensations rendent le récit très incarné. On ressent physiquement les étapes du marathon, les doutes qui s'installent, l'élan qui revient. Le livre mêle souvenirs, réflexions personnelles et scènes très concrètes, ce qui donne au texte une fluidité agréable et une proximité immédiate avec le lecteur.

PUBLIC CIBLE

Tenir la distance s'adresse d'abord à tous ceux qui aiment les récits inspirants, qu'ils soient sportifs ou non. Les lecteurs en quête de motivation, de dépassement de soi ou simplement de parcours de vie singuliers y trouveront une grande force. Cet ouvrage intéressera aussi les amateurs de running et de marathon, curieux de découvrir l'univers de la course guidée. Enfin, c'est un livre que l'on peut aisément offrir : accessible, positif et profondément humain, il touche un large public, des adolescents aux adultes de tout âge.

EXTRAIT

Dans le cadre des sports pratiqués, la course à pied jouait un rôle marginal. Pendant l'échauffement, je courais régulièrement, mais sans plus. Ma seule participation à une activité de course à pied s'était effectuée à Berlin où des amis m'avaient demandé de courir au sein d'un relais pour remplacer quelqu'un. De mémoire, j'avais dû parcourir une distance de cinq kilomètres, ce qui ne m'a pas posé trop de problèmes compte tenu ma sportivité générale. En même temps, cette expérience, bien que plaisante, n'avait pas provoqué un quelconque déclic intérieur à l'époque, tant mon quota sportif hebdomadaire était déjà atteint. C'est à Bruxelles que m'est finalement venue cette envie de me lancer dans la course. Chaque année se tiennent les vingt kilomètres de Bruxelles, un événement sportif et populaire qui réunit des coureurs de tous niveaux et qui crée une véritable ambiance festive. Depuis longtemps déjà, je suivais cet événement de près et m'admettais qu'une participation à un tel défi pouvait relever d'un beau moment de vie. Il me restait néanmoins à trouver un guide qui serait d'accord pour se lancer dans cette aventure avec moi.

CONTACT

Pour toutes informations supplémentaires,
vous pouvez nous contacter à l'adresse :
communication@lestroiscolonnes.com

COMMANDES LIBRAIRES

Commandes fermes : Hachette Distribution (DILICOM)
Dépôt : Éditions les 3 Colonnes